



Государственное профессиональное образовательное
автономное учреждение Ярославской области

Ярославский педагогический колледж

150029, г. Ярославль, ул. Маланова, д. 14, тел./факс 8(4852) 32-64-14, e-mail: yar_pk@mail.ru
ИНН:7605009065 КПП:760401001 ОГРН:1027600789017 БИК:047888001

УТВЕРЖДЕНА
приказом директора
от 01.09.2015 № 150

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Социальная адаптация подростков «Вместе мы сила»**

Рассчитана на обучающихся от 15 лет
Срок реализации программы 2 года

Авторы - составители:
Бойко Е.Л., Кабанова Н.А.,
Курина Т.К.

Ярославль
2017

Оглавление

1. Пояснительная записка.....	3
2. Учебно-тематический план.....	9
3. Содержание.....	11
3.1. Первый год обучения.....	11
3.2. Второй год обучения.....	14
4. Методическое обеспечение.....	16
4.1. Средства, формы, методы и приемы, используемые в образовательном процессе.....	16
4.2. Мониторинг образовательных результатов и личностного развития воспитанников.....	18
4.3. Психологическое сопровождение образовательного процесса.	28
5. Глоссарий.....	37
6. Список литературы.....	41
7. Список литературы для обучающихся.....	45
8. Приложения	47
8.1. Упражнения и игры на знакомство и развитие личностного потенциала подростков.....	47
8.2. Упражнения и игры на формирование навыков самоанализа и принятия решения в проблемных ситуациях.....	49
8.3. Упражнения и игры на формирование коммуникативных навыков.....	51
8.4. Игры на формирование навыков отказа от предлагаемых ПАВ.....	57
8.5. Упражнения на формирование навыков асертивного поведения.....	61
8.6. Методика определения уровня развития самоуправления в подростковом коллективе.....	64
8.7. Методика Л. Г. Жедуновой «Психологическая атмосфера в коллективе».....	67
8.8. Методика «Как я ощущаю себя и других».....	68
8.9. Индивидуальная карта динамика образовательных результатов и личностного развития обучающегося.....	69
8.10. Фотоматериал из жизни волонтерских отрядов учреждений НПО (СПО) Ярославской области.....	72

1. Пояснительная записка

*Каждый человек должен входить в жизнь,
умея сопротивляться вредному влиянию.
Не оберегать человека от вредного влияния,
а учить его сопротивляться.....*

А. С. Макаренко

Профилактика асоциального поведения современных подростков, предупреждение их безнадзорности и беспризорности, снижение уровня приобщения к употреблению табака, алкоголя и других психоактивных веществ (ПАВ), социальный контроль над потенциальной преступностью и иными проявлениями девиантности становятся важнейшими задачами современного общества, и соответственно – теории и практики социальной педагогики и социальной работы. Решение этих задач в настоящее время только силами специалистов и педагогических работников практически невозможно. Это связано с тем, что доступность взрослых к подростковой среде ограничена возрастом, социальным статусом, языком, стилями коммуникации и эффективностью влияний. Как показывает мировой и отечественный опыт, профилактическая работа нередко оказывается наиболее эффективной, если она осуществляется подростками-волонтерами.

Волонтерская организация – это объединение подростков-добровольцев, которые принимают участие в профилактике злоупотребления психоактивными веществами среди детей, подростков и молодежи.

Волонтерами называют подростков-лидеров, которые бескорыстно занимаются социально значимой деятельностью и мотивируют своих ровесников на ведение здорового образа жизни.

Привлечение волонтеров к профилактической работе основано на:

- *добровольном вхождении подростка в организацию волонтеров*, что позволяет обеспечить мотивацию у подростка в добровольческой деятельности;
- *существенно ограниченном участии и руководстве взрослыми*, что дает возможность развития самоуправления внутри организации;
- *опосредованности воспитания через коллективную деятельность, системе делового и межличностного взаимодействия, корпоративной культуре подростковой общественной организации*, что формирует систему ценностей и норм.

В основе профилактической работы волонтеров лежит принцип «*равный - равному*». Его сущность состоит в передаче подростками-волонтерами знаний, умений и навыков здорового образа жизни своим сверстникам. Принадлежность подростков-волонтеров, проводящих занятия со сверстниками, к одному поколению, способность говорить на

одном языке, привлекательность имиджа волонтеров, их компетентность – все это увеличивает положительный эффект профилактической работы по предотвращению распространения табакокурения, алкоголизма, наркомании и других негативных социальных явлений в подростковой среде.

Необходимость создания данной программы обусловлена отсутствием разработанных программ, позволяющих обучать подростков – волонтеров внутри образовательной организации и малочисленностью созданных волонтерских организаций в образовательных учреждениях начального и среднего профессионального образования.

Данная дополнительная образовательная программа имеет социально-педагогическую направленность, так как способствует развитию коммуникативных, интеллектуальных, а также лидерских способностей обучающихся, корректирует психические свойства личности, организует социальный досуг обучающихся и призвана содействовать уменьшению факторов риска приобщения подростков к злоупотреблению ПАВ.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа содержит огромный воспитательный потенциал. Использование активных форм и методов в обучении волонтеров направлено на развитие подросткового коллектива, формирование у подростков ответственности, толерантности, нравственно-этических норм, активности и желания участвовать в различных мероприятиях.

Включение подростков в образовательный процесс в качестве волонтеров-тренеров является социализирующим фактором. Это позволяет попробовать себя в различных социальных ролях, тем самым не только реализовать свои лидерские способности, но и приобрести социальный опыт, формируя навыки социальной устойчивости.

Программа является авторской. Ее содержание составлено с учетом специфики работы с обучающимися профессиональных образовательных организаций. Особенностью учебно-тематического плана является распределение теоретических и практических занятий по годам обучения: на первом году больше внимание уделяется теоретическим вопросам, второй год носит практико-ориентированный характер. В рамках данной программы предусмотрено активное включение обучающихся в образовательный процесс. Обучаясь сам, волонтер, обучает других.

При разработке программы использован опыт работы подростковой волонтерской службы Социального центра молодежи Кузбасса (г. Кемерово); идеи современной системы социально-педагогического обеспечения программ для волонтеров-добровольцев детских общественных объединений России – опыт Новосибирской, Пермской, Курганской и Кировской областей; опыт муниципального учреждения «Социальное

агентство молодежи» Любимского муниципального района Ярославской области; идеи программы «Диалог индивидуальностей» в рамках международной программы «Большие братья/Большие сестры».

Цель программы – формирование негативных установок у обучающихся к злоупотреблению психоактивными веществами через привлечение их к социально значимой деятельности в качестве волонтеров.

Задачи программы:

- инициировать и развивать волонтерскую деятельность в образовательной организации;
- обучить навыкам профилактической работы подростков-волонтеров;
- формировать устойчивые антиалкогольные и антинаркотические установки, как у самих волонтеров, так и у тех, с кем они взаимодействуют;
- развивать у обучающихся лидерские качества, чувство самоуважения и ответственности;
- формировать поведенческие навыки, ведущие к здоровому образу жизни и препятствующие злоупотреблению психоактивными веществами через общественно-полезное дело;
- содействовать формированию коллектива единомышленников;
- создавать условия для самореализации, саморазвития и самовоспитания через организацию мероприятий, способствующих ориентации подростков на здоровый и безопасный образ жизни.

В реализации образовательной дополнительной программы участвуют девушки и юноши в возрасте от 15 лет. В объединение принимаются обучающиеся профессиональных образовательных организаций, имеющие активную жизненную позицию, желание заниматься социально значимой деятельностью: передавать информацию о негативном влиянии табака, алкоголя и наркотических веществ на организм человека; делиться опытом и оказывать помощь сверстникам, с которыми волонтер проводит профилактическую работу. А также не менее важно наличие свободного времени, лидерских способностей и дружелюбного характера.

Программа рассчитана на 2 года обучения.

Форма занятий – групповая.

Занятия проводятся:

первый год обучения – 2 раза в неделю по 2 часа; всего за год 144 часа.

второй год обучения – 4 раза в неделю по 2 часа; всего за год 216 часов.

Количество часов за весь курс обучения – 360 часов.

Содержание данной программы состоит из 4-х разделов:

- *информационный* - рассматривает теоретический материал об основах ведения профилактической работы по злоупотреблению психоактивными веществами среди детей, подростков и молодежи, дает знания о негативном влиянии табака, алкоголя и наркотических веществ на организм человека, а также знания нормативно-правовой базы;
- *тренинговый* – способствует формированию у волонтеров жизненно важных навыков, предоставляет подросткам возможность приобретать знания и умения психологии личностного развития, культуры общения, психологической совместимости, практических умений контактировать с разными социальными группами;
- *практико-аналитический* – позволяет обучающимся развить лидерские качества, приобрести знания и умения, необходимые в процессе аналитической деятельности, а также овладеть различными психолого-педагогическими технологиями, используемыми в профилактической работе со сверстниками;
- *досуговый* – ориентирован на организацию свободного времени волонтеров в интересующем их направлении профилактической работы, предполагает организацию и проведение разнообразных мероприятий на протяжении всего периода обучения, способствующих мотивации подростков на ведение здорового образа жизни, самореализации волонтеров в данном направлении деятельности.

Содержание программы направлено на создание условий для просветительской работы. Обучение волонтеров является ведущим звеном программы, которое оказывает содействие достижению ее цели.

Профилактическая работа добровольцев в рамках дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы строится с учетом основных принципов волонтерской деятельности:

1. *Принцип добровольности.* Руководствуясь добровольным выбором, исходя из удовлетворения собственных потребностей в самореализации, подросток способен максимально реализовать свой творческий и лидерский потенциал.
2. *Принцип системности.* Этот принцип предполагает разработку и проведение программных профилактических мероприятий на основе системного анализа актуальной, социальной и наркотической ситуации не только в стране, но и в образовательном учреждении.
3. *Принцип сотрудничества.* Включает в себя возможность установления отношений с различными социальными партнерами, прямо или косвенно занимающихся профилактикой ПАВ.
4. *Принцип долгосрочности и непрерывности.* Подразумевает, что ни одна профилактическая программа не будет эффективной, если свести ее к ряду мероприятий,

поэтому не соединенные воедино мероприятия, скорее всего, не принесут сколько-нибудь ощутимого отсроченного социального эффекта, а лишь сиюминутный результат.

5. *Принцип адресности.* Предполагает, что у всякой информации есть свой потребитель. Необходимо помнить, что, говоря об употреблении ПАВ, мы сталкиваемся с тем, что информация способна спровоцировать нездоровый интерес к предмету разговора. Необходимо понимать, ЧТО ты говоришь, КОМУ, ЗАЧЕМ и ПОЧЕМУ ты говоришь это именно сейчас.

6. *Принцип доступности.* Означает, во-первых, подачу материала с учетом возможностей и особенностей восприятия целевой группы (если речь идет о подростках, необходимо учитывать особенности их субкультуры), а во-вторых, - организацию доступа к информации и услугам, которые предлагаются в рамках профилактических программ.

7. *Принцип максимальной дифференциации.* Подразумевает гибкое применение различных направлений, технологий, форм и методов в волонтерской деятельности, а не центрирование только на одном направлении, технологии, форме или методе.

8. *Принцип самоуправления.* Предполагает самостоятельное определение круга решаемых задач и путей их достижения самими подростками-волонтерами. Взрослые выполняют только функцию консультирования. Их вмешательство допустимо лишь в случаях, когда возникает вероятность опасности самим волонтерам или окружению, с которым подростки работают.

Занятия в объединении создают альтернативу существующим неформальным организациям негативного направления, приобщая воспитанников к общечеловеческим ценностям, формируя у них общую культуру и духовный образ жизни, а так же, укрепляя их психическое и физическое здоровье.

Ожидаемыми результатами реализации программы являются:

- наличие волонтерской деятельности в образовательной организации;
- приобретение волонтерами и подростками системы жизненно важных ценностей, способствующей формированию активной социальной позиции, в том числе ценности здорового образа жизни;
- социальная устойчивость волонтеров и подростков к негативным факторам;
- наличие у волонтеров и подростков приобретенных навыков профилактической работы;
- рост социальной активности волонтеров и подростков;
- сформированность коллектива единомышленников;
- удовлетворение потребности волонтеров в самореализации через просветительскую работу среди ровесников.

Для оценки эффективности данной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы проводится мониторинг образовательных результатов и личностного развития обучающихся. Параметры и критерии эффективности могут быть выбраны или дополнены педагогом в соответствии с целевыми установками программы.

Форма подведения итогов реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы - презентация волонтерской деятельности через организацию и проведение тематических массовых мероприятий.

2. Учебно-тематический план

Тематические разделы	Первый год обучения			Второй год обучения		
	Теория	Практика	Всего	Теория	Практика	Всего
Введение	1	1	2			
1. Информационный	15		15	6		6
1. Нормативно правовая база	4		4			
2. Административные правонарушения	4		4			
3. Профилактика табакокурения, алкоголизма и наркотизации в подростковой среде	7		7	6		6
2. Тренинговый (Формирование жизненно важных навыков у подростков)	20	45	65			
1. Развитие личностного потенциала у подростка	4	9	13			
2. Навыки самоанализа и принятия решения в проблемных ситуациях	4	9	13			
3. Навыки коммуникативности	4	9	13			
4. Навыки противостояния в проблемных ситуациях	4	9	13			
5. Навыки ассертивного (уверенного) поведения	4	9	13			
3. Практико-аналитический				17	121	138
1. Наблюдение				2	3	5
2. Аналитическая деятельность				2	3	5
3. Анкетирование				2	3	5
4. Планирование				2	3	5
5. Пробы профессиональной деятельности волонтеров				6	100	106
6. КТД				3	9	12

4. Досуговый		62	62		72	72
1. Организация и проведение мероприятий		62	62		72	72
Всего		144			216	
Итого по программе				360		

3. Содержание

3.1. Первый год обучения

Введение.

Теория. Волонтерская деятельность (история развития волонтерской деятельности в России и за рубежом; цели и задачи волонтерской деятельности; формы и методы работы; планирование волонтерской деятельности; система отбора добровольцев).

Практика. Изучение потенциальных возможностей обучающихся на ведение волонтерской работы среди своих сверстников.

1. Информационный раздел

Тема №1. Нормативно правовая база

Теория. Конвенция о правах ребенка (ст. № 1, 2, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 13, 14, 16, 23, 24, 27, 28, 31, 32, 34, 40).

Конституция Российской Федерации (ст. № 2, 6, 7, 14).

ФЗ «Об образовании в РФ» (ст. № 2, 5, 34).

Тема №2. Административные правонарушения

Теория. Административная ответственность за незаконный оборот наркотиков (ст. № 6.8, 6.9, 6.13, 20.20). Уголовная ответственность за незаконный оборот наркотиков (ст. № 228, 228.1, 229, 230, 231, 232). Уголовный кодекс Российской Федерации. Кодекс Российской Федерации об административных правонарушениях. Федеральный закон «О наркотических средствах и психотропных веществах».

Тема №3. Профилактика табакокурения, алкоголизма и наркотизации в подростковой среде

Теория. Табачная, алкогольная и наркотическая зависимости. Причины, приводящие подростков к злоупотреблению ПАВ. Негативное влияние табакокурения, алкогольных напитков и наркотических веществ на организм человека. Мифы и факты о табакокурении, злоупотреблении алкогольными напитками и наркотическими веществами. Методы избавления от табачной, алкогольной и наркотической зависимости. Понятие профилактики. Виды профилактики: первичная, вторичная и третичная.

2. Тренинговый раздел (формирование жизненно важных навыков у подростков)

Тема №1. Развитие личностного потенциала у подростка

Теория. Понятие личности. Структура личности. Индивидуальность. Потребность. Чувства и эмоции. Самооценка. Рефлексия. Самовоспитание. Технология самовоспитания по В. Р. Маралову. Средства и приемы самовоспитания.

Практика. Анализ качеств личности и выявление уровня развития собственного Я (телесного, социального, рефлексивного, духовного). Изучение подростками своих потребностей, формирование экологически оправданных потребностей. Отработка навыков правильного выражения чувств и эмоций (см. Приложение 1). Изучение собственной самооценки подростком. Отработка навыков адекватной самооценки, установление гармоничных отношений между желаниями и возможностями. Обучение приемам самовоспитания.

Тема №2. Навыки самоанализа и принятия решения в проблемных ситуациях

Теория. Стресс. Виды стресса: «стрессы ожидания», «рабочие» стрессы, посттравматические расстройства. Причины возникновения стрессовых ситуаций. Влияние стресса на здоровье человека. Саморегуляция. Выбор и ответственность. Способы саморегуляции в ситуациях нервного напряжения.

Практика. Отработка навыков стрессоустойчивого поведения. Анализ своего поведения и принятия решения в проблемных ситуациях (см. Приложение 2).

Тема №3. Навыки коммуникативности

Теория. Общение. Вербальные и невербальные средства общения. Условия эффективного общения. Использование невербальных средств для повышения эффективности общения. Конфликт и конфликтная ситуация. Типы конфликтов: случайный, истинный, подмененный, безатрибутивный, латентный (скрытый) и фальшивый. Понятие конфликтной личности. Признаки перехода от бесконфликтного поведения к конфликтному. Способы разрешения конфликтных ситуаций. Приемы аргументации. Поиск компромиссов. Способы эффективной передачи информации. Критика. Способы правильного реагирования на критику. Обращение за помощью. Поиск единомышленников.

Практика. Отработка навыков эмпатии, активного слушания, диалога, разрешения конфликтных ситуаций, выражения чувств, принятия решений (см. Приложение 3). Определение признаков перехода от бесконфликтного поведения к конфликтному.

Тема №4. Навыки противостояния в проблемных ситуациях

Теория. Групповое давление. Виды группового давления: лесть, шантаж, уговоры, угрозы и запугивание, насмешки, похвала, подкуп, подчеркнутое внимание, обман, призыв «делай как мы». Конформизм. Способы отстаивания собственного мнения. Приемы отказа от предлагаемых ПАВ, умение говорить «нет». Внушаемость. Рекламные приемы, используемые производителями сигарет и алкоголя. Способы сопротивления легальной рекламе ПАВ.

Практика. Распознавание способов группового давления. Отработка навыков отказа от предлагаемых ПАВ (см Приложение 4) и сопротивления легальной рекламе ПАВ. Анализ рекламы в СМИ.

Тема №5. Навыки асертивного (уверенного) поведения

Теория. Асертивное поведение. Признаки уверенного человека. Зависимость, как форма защиты и способ ухода от проблем.

Практика. Определение личного уровня асертивного поведения. Отработка навыков уверенного поведения (см. Приложение 5).

3. Практико-аналитический раздел

Отсутствует согласно учебно-тематическому плану.

4. Досуговый раздел

Организация и проведение общеучилищных мероприятий. Подведение итогов (рефлексия).

Варианты массовых мероприятий:

Спортивные: походы, Дни здоровья, День семьи, соревнования, загородные лагеря, спортивные праздники, конкурсы, эстафеты.

Культурно-массовые: ярмарки, День семьи, театрализованное представление, аудио- и видеопостановки, концерты, КВН, выставки, экскурсии, конкурсы, акции, встречи с известными спортсменами, клубы единомышленников.

Трудовые: трудовой десант (шефская помощь детскому саду или школе), субботники и др.

Информационные: выпуск газет, плакатов, буклетов, листовок, оформление стенда, аудио- и видеопостановки, и др.

Варианты праздников, приуроченных к волонтерской деятельности:

- международный день борьбы со СПИДом;
- международный день борьбы с табакокурением;
- ежегодная Весенняя неделя добра;
- ежегодная Российская неделя добровольческих усилий;
- международный день Добровольцев.

Тематика массовых мероприятий может варьироваться в зависимости от потребности образовательного учреждения и задач, поставленных перед волонтерами.

3.2. Второй год обучения

1. Информационный раздел

Тема №1. Профилактика табакокурения, алкоголизма и наркотизации в подростковой среде

Теория. Понятие профилактики. Виды профилактики: первичная, вторичная и третичная. Направления и виды профилактической работы.

2. Тренинговый раздел (формирование жизненно важных навыков у подростков)

Отсутствует согласно учебно-тематическому плану.

3. Практико-аналитический раздел

Тема №1. Наблюдение

Теория. Наблюдение. Методы и приемы наблюдения. Виды наблюдения: открытое и скрытое.

Практика. Использование различных видов наблюдения. Формирование навыков наблюдения.

Тема №2. Аналитическая деятельность

Теория. Понятие анализа. Аналитическая деятельность. Цели проведения формы анализа. Рефлексия.

Практика. Самоанализ. Анализ проводимых мероприятий. Определение значения рефлексии на тренинговых занятиях. Формирование навыка аналитической деятельности.

Тема №3. Анкетирование

Теория. Анкеты и их виды. Правила составления анкет и проведения анкетирования.

Практика. Формирование навыка разработки диагностического инструментария. Разработка анкет и проведение анкетирования с целью определения у сверстников уровня мотивации и уровня сформированных навыков для профилактической деятельности; популярности волонтерской организации в образовательном учреждении; уровня негативного и позитивного отношения к злоупотреблению ПАВ среди подростков образовательного учреждения.

Тема №4. Планирование деятельности

Теория. Понятие и структура плана. Планирование деятельности. Виды планов и правила их составления.

Практика. Составление плана массовых мероприятий.

Тема №5. Пробы профессиональной деятельности волонтеров – обучающихся творческого объединения

Теория. Основные закономерности, формы и методы групповой работы. Тренинг. Правила проведения тренинга.

Практика. Подготовка и проведение тренинговых занятий волонтерами-тренерами, направленных на формирование у подростков жизненно важных навыков (стрессоустойчивого поведения; анализирования своего поведения и принятия решения в проблемных ситуациях; эмпатии, активного слушания, диалога, разрешения конфликтных ситуаций, выражения чувств, принятия решений; определения перехода от бесконфликтного поведения к конфликтному; распознавания способов группового давления; отказа от предлагаемых ПАВ; сопротивления легальной рекламе ПАВ; уверенного поведения, анализа рекламы в СМИ).

Тема №6. КТД

Теория. Понятие КТД. Типы КТД. Технология проведения КТД.

Практика. Организация и проведение КТД.

4. Досуговый раздел

Практика. Организация и проведение мероприятий по плану.

Варианты массовых мероприятий:

Спортивные: походы, Дни здоровья, День семьи, соревнования, загородные лагеря, спортивные праздники, конкурсы, эстафеты.

Культурно-массовые: ярмарки, День семьи, театрализованное представление, аудио- и видеопостановки, концерты, КВН, выставки, экскурсии, конкурсы, акции, встречи с известными спортсменами, клубы единомышленников.

Трудовые: трудовой десант (шефская помощь детскому саду или школе), субботники и др.

Информационные: выпуск газет, плакатов, буклетов, листовок, оформление стенда, аудио- и видеопостановки, и др.

Варианты праздников, приуроченных к волонтерской деятельности:

- международный день борьбы со СПИДом;
- международный день борьбы с табакокурением;
- ежегодная Весенняя неделя добра;
- ежегодная Российская неделя добровольческих усилий;
- международный день Добровольцев.

Тематика массовых мероприятий может варьироваться в зависимости от потребности образовательного учреждения и задач, поставленных перед волонтерами.

4. Методическое обеспечение

4.1. Средства, формы, методы и приемы, используемые в образовательном процессе.

Тематические разделы	Формы занятий	Методы и приемы образовательного процесса	Методы и приемы воспитательного процесса	Дидактический материал	Материально-техническое оснащение
Введение	Комбинированное занятие	Беседа, упражнение, анкетирование, инструктаж		Методические пособия, видеоматериалы	
Информационный	Лекция, круглый стол, встреча с интересными людьми, со специалиста ми, дебаты, час вопросов и ответов, акция.	Дискуссия, беседа, диалог, объяснение, консультация, обсуждение, анкетирование, наглядные методы, рефлексия.	Положительный и отрицательный пример, объяснение, упражнение,	Лекционный и диагностический материал, видеоматериалы, методические пособия, пакет нормативно-правовых документов	Комплект аудио и видео аппаратуры, компьютерная и множительная техника декорации, костюмы для проведения массовых мероприятий
Тренинговый (Формирование жизненно важных навыков у подростков)	Тренинг, игра (деловая, сюжетно-ролевая), практическое занятие.	Упражнение, объяснение, наблюдение, моделирование проблемной ситуации,	убеждение, стимулирование (поощрение, похвала), ролевая игра, мозговой штурм,	Набор игр и упражнений, видеоматериалы, пособия, разработки занятий	

		инструктаж, рефлексия.	воспитывающая ситуация,		
Практико-аналитический	Семинар, беседа, практическое занятие, игра (познавательная и деловая), акция, КТД.	Мозговой штурм, анкетирование, планирование, наблюдение, консультирование, тестирование, пробы, рефлексия, психогимнастика, сказкотерапия, проблемное изложение материала.	педагогическая поддержка, консультирование, психогимнастика, сказкотерапия,.	Диагностический материал, карточки с заданиями, методические пособия	
Досуговый	Поход, ярмарка, выставка, спектакль, экскурсия, игра, соревнование, праздник, акция.	Показ, наблюдение, консультирование, деловая игра, соревнование, проект, мозговой штурм, репетиция, моделирование ситуации, наглядные методы.		Сборники сценариев, разработки занятий, методические пособия	

4.2. Мониторинг образовательных результатов и личностного развития воспитанников

4.2.1. Критерии оцениваемых результатов и их показатели. Предлагаемые способы отслеживания.

1. Параметр: теоретическая подготовка обучающихся.

Цель отслеживания: выявить степень соответствия знаний программным требованиям.

Критерий: соответствие теоретических знаний программным требованиям.

Показатели:

минимальный уровень (обучающийся усвоил менее чем 1/2 объема знаний, предусмотренных программой);

средний уровень (объем усвоенных знаний составляет более 1/2);

максимальный уровень (обучающийся усвоил практически весь объем знаний, предусмотренных программой за конкретный период).

Предлагаемые способы отслеживания: педагогическое наблюдение, тестирование, собеседование.

2. Параметр: практическая подготовка обучающихся.

Цель отслеживания: выявить степень соответствия практических умений и навыков программным требованиям.

Критерий: соответствие практических умений и навыков программным требованиям и умение применить знания на практике.

Показатели:

минимальный уровень (обучающийся овладел менее чем 1/2 объема умений и навыков, предусмотренных программой);

средний уровень (объем освоенных умений и навыков составляет более 1/2);

максимальный уровень (обучающийся овладел практически всеми умениями и навыками, предусмотренными программой).

Предлагаемые способы отслеживания: тестирование, тренинги, игры, педагогическое наблюдение.

Критерий: точность и грамотность выполнения упражнений, творческих заданий.

Показатели:

низкий уровень (обучающийся редко выполняет упражнения и творческие задания, предлагаемые педагогом точно и грамотно);

средний уровень (обучающийся практически всегда точно и грамотно выполняет упражнения и творческие задания, предлагаемые педагогом);

высокий уровень (обучающийся точно и грамотно выполняет упражнения и творческие задания, предлагаемые педагогом).

Предлагаемые способы отслеживания: тестирование, педагогическое наблюдение, тренинги, игры, творческое задание.

Критерий: креативность в выполнении практических заданий.

Показатели:

начальный уровень (обучающийся в состоянии выполнить лишь простейшие практические задания);

репродуктивный уровень (выполняет в основном задания на основе образца);

творческий уровень (выполняет практические задания с элементами творчества).

Предлагаемые способы отслеживания: тестирование, игры.

3. Параметр: сформированность коллектива.

Цель отслеживания: выявить степень сформированности коллектива единомышленников.

Критерий: развитие межличностных отношений в коллективе.

Показатели:

начальный уровень (доброжелательные отношения сложились между отдельными членами коллектива);

средний уровень (практически между всеми членами коллектива сложились доброжелательные отношения);

высокий уровень (между всеми членами коллектива сложились доброжелательные отношения).

Предлагаемые способы отслеживания: анкетирование, педагогическое наблюдение, собеседование, тренинги.

Критерий: развитие самоуправления в коллективе.

Показатели:

низкий уровень (если один из коэффициентов первых трех блоков меньше 0,5);

средний уровень (если один из коэффициентов первых трех блоков больше 0,5 и меньше 0,8);

высокий уровень (если один из коэффициентов первых трех блоков больше 0,8).

Предлагаемые способы отслеживания: «Определение уровня развития самоуправления в коллективе» - см. Приложение 6.

Критерий: умение проявлять лидерские способности.

Показатели:

низкий уровень (обучающийся не пользуется авторитетом среди обучающихся коллектива);

средний уровень (пользуется авторитетом среди большинства);

продвинутый уровень (пользуется авторитетом практически среди всех обучающихся коллектива: его уважают, считаются с мнением, доверяют ответственные дела).

Предлагаемые способы отслеживания: педагогическое наблюдение, социометрия.

Критерий: удовлетворенность подростка различными сторонами жизни коллектива.

Показатели:

низкий уровень (обучающийся почти всегда не удовлетворен всеми сторонами жизни коллектива);

средний уровень (обучающийся удовлетворен практически всеми сторонами жизни коллектива);

высокий уровень (обучающийся удовлетворен всеми сторонами жизни коллектива).

Предлагаемые способы отслеживания: «Наши отношения» - см. Приложение 8.

Критерий: психологическая атмосфера в коллективе.

Показатели:

низкий уровень (средняя оценка коллектива ниже 5 баллов);

средний уровень (средняя оценка коллектива составляет от 5 до 7 баллов);

высокий уровень (средняя оценка коллектива выше 7 баллов).

Предлагаемые способы отслеживания: методика Л. Г. Жедуновой «Психологическая атмосфера в коллективе» - см. Приложение 7.

4. Параметр: личностное развитие обучающихся.

Цель отслеживания: выявить степень личностного развития обучающихся в процессе усвоения дополнительной образовательной программы.

4.1 Организационно-волевые качества.

Параметр: терпение.

Критерий: способность переносить учебные нагрузки в течение определенного времени, преодолевать трудности.

Показатели:

низкий уровень (терпения хватает меньше чем на 1/2 занятия);

средний уровень (терпения хватает больше чем на 1/2 занятия);

высокий уровень (терпения хватает на все занятие).

Предлагаемые способы отслеживания: педагогическое наблюдение.

Параметр: воля.

Критерий: способность активно побуждать себя к практическим действиям.

Показатели:

низкий уровень (волевые усилия подростка постоянно побуждаются извне);

средний уровень (иногда самим собой);

высокий уровень (всегда самим подростком).

Предлагаемые способы отслеживания: педагогическое наблюдение.

Параметр: самоконтроль.

Критерий: умение контролировать свои поступки.

Показатели:

низкий уровень (обучающийся находится под постоянным контролем извне);

средний уровень (обучающийся периодически контролирует себя сам);

высокий уровень (обучающийся постоянно контролирует себя сам).

Предлагаемые способы отслеживания: педагогическое наблюдение.

Параметр: трудолюбие.

Критерий: умение охотно выполнять порученную работу.

Показатели:

низкий уровень (обучающийся редко охотно берется за работу);

средний уровень (как правило, обучающийся охотно берется за работу, стараясь выполнить ее хорошо;

продвинутый уровень (любую работу обучающийся выполняет всегда охотно, старается сделать ее хорошо).

Предлагаемые способы отслеживания: педагогическое наблюдение.

Параметр: ответственность.

Критерий: умение хорошо и в срок выполнять порученное дело.

Показатели:

низкий уровень (обучающийся редко или плохо выполняет порученную ему работу в срок);

средний уровень (в большинстве случаев хорошо и в срок выполняет порученную ему работу);

продвинутый уровень (всегда хорошо и в назначенный срок выполняет порученное ему дело).

Предлагаемые способы отслеживания: педагогическое наблюдение, анкетирование.

Параметр: организованность.

Критерий: умение правильно распределять свою работу по времени и выполнять ее согласно плану.

Показатели:

низкий уровень (обучающийся не умеет правильно распределять свою работу по времени);

средний уровень (в большинстве случаев правильно распределяет свою работу по времени);

продвинутый уровень (всегда правильно, распределяет свою работу по времени).

Предлагаемые способы отслеживания: педагогическое наблюдение, анкетирование.

Параметр: инициативность.

Критерий: умение быть инициатором в организуемых делах.

Показатели:

низкий уровень (обучающийся редко сам начинает новое дело);

средний уровень (довольно часто выступает зачинателем нового дела);

продвинутый уровень (всегда выступает зачинателем всех дел, не стремясь получить за это никакого признания и поощрения).

Предлагаемые способы отслеживания: педагогическое наблюдение, анкетирование.

Параметр: активность.

Критерий: систематичность участия в организации и проведении массовых мероприятий.

Показатели:

низкий уровень (обучающийся редко принимает участие в организации и проведении массовых мероприятий);

средний уровень (практически всегда принимает участие в организации и проведении массовых мероприятий);

высокий уровень (обучающийся систематически принимает участие в организации и проведении массовых мероприятий).

Предлагаемые способы отслеживания: тестирование, педагогическое наблюдение, игры, контрольное задание.

4.2. Ориентационные качества.

Параметр: самооценка.

Критерий: соответствие своих возможностей с реальными достижениями.

Показатели:

завышенный уровень (обучающийся переоценивает свои возможности);

заниженный уровень (обучающийся недооценивает свои возможности);

нормальный уровень (обучающийся адекватно сравнивает свои возможности с реальными достижениями).

Предлагаемые способы отслеживания: анкетирование, игра.

Параметр: интерес к занятиям.

Критерий: осознанное участие в освоении дополнительной образовательной программы.

Показатели:

низкий уровень (интерес обучающегося к занятиям поддерживается извне);

средний уровень (интерес периодически поддерживается самим подростком);

высокий уровень (интерес к занятиям поддерживается подростком самостоятельно).

Предлагаемые способы отслеживания: тестирование, педагогическое наблюдение.

Параметр: стремление к успеху.

Критерий: способность быть первым во многих делах профилактической деятельности.

Показатели:

низкий уровень (обучающийся стремится быть первым в чем-то одном, особо его интересующем виде профилактической работы);

средний уровень (стремится быть первым во многих видах профилактической работы, но особое внимание уделяет достижениям в какой-то одной области);

высокий уровень (всегда и во всем стремится быть первым).

Предлагаемые способы отслеживания: тестирование, педагогическое наблюдение.

4.3. Поведенческие навыки.

Параметр: конфликтность.

Критерий: умение вести конфликтных ситуациях.

Показатели:

низкий уровень (обучающийся периодически провоцирует конфликты);

средний уровень (сам в конфликтах не участвует, старается их избегать);

продвинутый уровень (пытается самостоятельно уладить возникающие конфликты).

Предлагаемые способы отслеживания: педагогическое наблюдение, тестирование.

Параметр: коллективизм.

Критерий: умение проявлять заботу к окружающим людям.

Показатели:

низкий уровень (обучающийся периодически проявляет заботу об окружающих его людях, редко проявляя собственную инициативу в оказании им помощи);

средний уровень (нередко проявляет заботу об окружающих его людях, если это не мешает его личным планам и делам);

продвинутый уровень (всегда проявляет заботу об окружающих его людях, старается помочь любому и его поддержать).

Предлагаемые способы отслеживания: педагогическое наблюдение, тестирование.

Параметр: чувство товарищества.

Критерий: умение помогать своим товарищам в трудных ситуациях.

Показатели:

низкий уровень (обучающийся редко помогает товарищам; если его просят, может отказать);

средний уровень (помогает товарищам, если его просят);

продвинутый уровень (всегда помогает товарищам).

Предлагаемые способы отслеживания: педагогическое наблюдение, тестирование.

Параметр: тип сотрудничества.

Критерий: умение воспринимать общие дела как свои собственные.

Показатели:

низкий уровень (обучающийся избегает участия в общих делах);

средний уровень (участвует при побуждении извне);

продвинутый уровень (инициативен в общих делах).

Предлагаемые способы отслеживания: педагогическое наблюдение, тестирование.

Параметр: отношение к употреблению психоактивных веществ

Критерий: характер отношения к табакокурению, алкоголизму и наркомании.

Показатели:

низкий уровень (обучающийся имеет позитивное или недостаточно сформированное негативное отношение к употреблению психоактивных веществ);

средний уровень (имеет практически сформированное негативное отношение к употреблению психоактивных веществ);

продвинутый уровень (имеет четко сформированное негативное отношение к употреблению психоактивных веществ).

Предлагаемые способы отслеживания: педагогическое наблюдение, анкетирование.

Параметр: осознанность зависимости здоровья от собственного поведения и действий.

Критерий: способность осознавать зависимость состояния здоровья от собственного поведения и действий.

Показатели:

низкий уровень (обучающийся частично осознает зависимость состояния здоровья от собственного поведения и действий);

средний уровень (практически полностью осознает зависимость состояния здоровья от собственного поведения и действий);

продвинутый уровень (полностью осознает зависимость состояния здоровья от собственного поведения и действий).

Предлагаемые способы отслеживания: анкетирование.

4.2.3. Творческая книжка воспитанника.

Уровень проводимого мероприятия	Наименование мероприятия	Что мною сделано?	Мои успехи и достижения	Над чем мне необходимо работать?
В рамках образовательной организации	1.			
	2.			
	3.			
	4.			
	5.			
Городской уровень	1.			
	2.			
	3.			
	4.			
	5.			
Областной уровень	1.			
	2.			
	3.			
	4.			
	5.			

Творческая книжка воспитанника является формой фиксации творческих достижений каждого воспитанника. Она представляет собой специальную тетрадь, где подросток самостоятельно ведет учет собственных достижений. Постоянно анализируя качество своей работы обучающийся формирует свою самооценку.

4.3. Психологическое сопровождение образовательного процесса.

Специфика волонтерской деятельности связана с психологическим напряжением, которое испытывают волонтеры в результате постоянной проработки одних и тех же эмоционально негативных тем. Это может отрицательно сказаться на личном самочувствии подростка и без психологического сопровождения в данной работе невозможно обойтись. Формы психологического сопровождения могут быть самыми разнообразными и направлены на:

- мотивацию волонтерской активности;
- преодоление трудностей в работе;
- разрешение личных проблем подростков и психопрофилактику.

Мотивация волонтерской активности.

Мотивацию подростков на ведение волонтерской деятельности необходимо поддерживать постоянно, так как в силу своего возраста им свойственно увлекаться чем-то новым, менять свои предпочтения и виды деятельности. На первой стадии общения с новичками-волонтерами необходимо выявить, какие причины привели их в творческое объединение, почему они готовы работать безвозмездно. Это позволит повысить эффективность волонтерской работы. Определить главные мотивы, можно с помощью психологического тестирования.

Для формирования изначальной заинтересованности новичков-волонтеров можно использовать разнообразные формы: ролевая игра, тренинг общения, поход выходного дня, веселая конкурсная программа и т. д. Очень важно, чтобы подростки уже на первых занятиях четко представляли, чем они будут заниматься, и сколько времени у них будет отнимать добровольческая деятельность. Не стоит современного подростка обременять такими понятиями, как «долг перед обществом» или «гражданственность», к ним педагог приведет позже. Мотивы, важные для молодого человека, можно найти в другом:

Мотивы	Рекомендации
<i>Статус в своем микросоциуме</i>	Волонтер получает не только обязанности, но права, например, принимать решение в спорной ситуации или право на чаепитие, даже если это не принято в учебном заведении для обычных обучающихся и т.д. Его необходимо выделять, не развивая при этом манию превосходства. Подросток сразу должен понять: хочешь иметь права – работай. И чем выше статус (от новичка до мастера), тем больше у тебя работы и

	ответственности.
<i>Романтика</i>	Для дальнейшего роста у волонтеров должны появиться различные регалии и традиции. Это может быть необычное посвящение в члены организации, красивые отличительные знаки, свой гимн, свои законы, и т. д. Это всегда объединяет, особенно подростков.
<i>Коллектив</i>	Для подростков в силу своего возраста очень важно найти свою «среду обитания», удовлетворить потребность в общении с себе равными. Поэтому на этом этапе необходимо использовать яркие и интересные формы работы, направленные на создание дружеского подросткового коллектива. К ним относятся праздники, тренинги общения, походы и т. д. Тогда у подростка возникнет мотивация не только прийти еще раз, но и научиться стать лидером, как руководитель.

Очень важно закрепить мотивы подростка, пришедшего в творческое объединение и их можно связать с удовлетворением личных потребностей подростков. В соответствии с теми или иными потребностями волонтеру можно предложить и соответствующую работу, направленную на:

- *Удовлетворение физических потребностей.* Работа в комфортных условиях, на свежем воздухе, связанная с проведением и участием в различных спортивных мероприятиях.

- *Удовлетворение потребности в безопасности.* Работа в коллективе (расширение круга безопасного общения), в целях получения новых знаний, помогающих в поиске работы или повышения профессионализма для укрепления своих позиций на будущей работе.

- *Удовлетворение социальных потребностей.* Организация и участие в массовых мероприятиях, работа в качестве преподавателя, регистратора, диспетчера на телефоне, режиссера постановки и т. д.

- *Удовлетворение потребности в проявлении чувства гордости и престижа.* Волонтер, наделенный определенной должностью, статусом и ответственностью (например, руководитель группы, редактор газеты, ответственный за проведение мероприятия).

- *Удовлетворение в самовыражении.* Деятельность волонтера в выбранном виде работы.

Главным фактором в данном выборе подростка является соотношение между существующими направлениями профилактической деятельности и личностными характеристиками и качествами самого волонтера. Например:

<p align="center">Направления профилактической деятельности</p>	<p align="center">Необходимые личностные характеристики и качества</p>
<p align="center"><i>Ведение групповых занятий в малых коллективах.</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> - высокий уровень интеллектуального развития; - владение информацией по теме; - навыки ведения групповых занятий; - способность к эмпатии; - сенситивность; - умение слушать; - тактичность и сосредоточенность; - аутентичность, - организаторские способности, - умение аргументировано говорить.
<p align="center"><i>Распространение наглядных материалов во время тематических акций, шествий, рейдов и т. д.</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> - коммуникабельность; - умение входить в контакт с незнакомыми людьми; - тактичность и доброжелательность; - умение хорошо ориентироваться в большом скоплении людей и в неожиданной ситуации.
<p align="center"><i>Организация дискуссий, викторин и других массовых мероприятий в детско- подростковой аудитории.</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> - умение держаться на сцене; - хорошая дикция; - умение чувствовать аудиторию; - организаторские способности; - владение информацией по данной теме.
<p align="center"><i>Подготовка наглядных материалов, социальной рекламы,</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> - художественные способности; - усидчивость;

<p><i>средств антипропаганды наркотиков.</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> - сосредоточенность; - умение использовать свой прошлый опыт и опыт других людей; - знания по данной теме.
<p><i>Театрализованные представления, ауди- и видеопостановки.</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> - артистичность; - непосредственность; - умение держаться на сцене и перед камерой; - хорошая дикция.

В ходе волонтерской деятельности, как при организации текущей работы, так и различного рода мероприятий, подросткам-лидерам невозможно обойтись без оценки и поощрения. При использовании данной формы психологического сопровождения следует учитывать тот факт, что подросток, пожелавший стать волонтером, должен руководствоваться более высокими мотивами, нежели получение наград и благодарностей. Но, тем не менее, эти мотивы нужно поддерживать как на официальном уровне (рекомендательные и благодарственные письма администрации, денежные премии, возмещение расходов), так и на неофициальном (памятные подарки, памятные знаки, благодарственные письма, поощрение за специально проведенное мероприятие одобрение, похвала, объяснение вслух и т. д.).

Оценка и поощрение должны быть нацелены не столько на выделение самой работы, сколько на качества волонтера, которые он проявил в ходе нее.

Формы поощрений могут быть разнообразными: «День благодарения», «Конкурс волонтерского мастерства», «Бал волонтеров» и т. д.

Преодоление трудностей в работе.

Одним из факторов снижения мотивации обучающихся может быть постоянное возникновение трудностей в процессе волонтерской работы. Это во многом зависит от личности волонтера, его сильных и слабых сторон. Преодоление трудностей начинается во время обучения волонтеров, когда на занятиях используются ролевые игры, создающие имитирующие ситуации из реальной жизни, и такие формы как:

1. *Совместное планирование деятельности каждого волонтера.* Эта форма позволяет организовать творческую и индивидуальную работу обучающегося, соотнеся ее с его потребностями и возможностями. Планирование дает возможность своевременно

исправлять допущенные ошибки, усиливая личную ответственность за реализацию совместного плана волонтерской организации.

2. *Помощь в работе через общение* с педагогом и другими волонтерами в ходе групповых занятий, систематических встреч в атмосфере психологического комфорта.

3. *Посредническая работа*. Она особенно важна, когда у волонтера появляются неожиданные жизненные проблемы, возникновение которых не зависит от обучающегося, но мешает ему общаться с другими волонтерами. Тогда возникает необходимость защиты, представления его интересов перед третьими лицами по телефону, в письме или при личной встрече.

4. *Супервизия* - это особая форма коммуникации, осуществляемая с целью изменения и улучшения ситуации в профилактической работе и включающая следующие направления:

- супервизорская сессия;
- работа в группе с супервизором, в качестве которого может выступить педагог или опытный волонтер;
- балинтовские встречи.

На супервизиях обсуждаются события, связанные с конкретной работой и опытом волонтера. Поэтому как в ходе супервизорской сессии, так и в начале работы балинтовской группы педагог должен решить две задачи:

Задачи	Примерные вопросы для обсуждения
<p><i>Четко определить проблему (предмет разбора) и наладить контакт с волонтером (группой)</i></p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Что для тебя (вас) важно обсудить сегодня? 2. Как бы ты (вы) хотел (ли), чтобы проходило сегодняшнее обсуждение? 3. Что бы ты (вы) хотел (ли) получить в результате нашей сегодняшней встречи? 4. Что бы ты (вы) хотел (ли) от меня? 5. Что тебе (вам) самому (им) нравится в своей работе?
<p><i>Помочь волонтеру (группе) четко выявить, осознать трудности, возникшие в конкретной</i></p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Что тебя (вас) беспокоит? 2. Что для тебя (вас) эта проблема? 3. Каково твое (ваше) отношение и контакт с тем человеком или группой, о которой ты (вы) бы хотел (ли) поговорить? 4. Когда, с кем, по поводу чего ты (вы) смущаешься (тесь), беспокоишься (тесь), раздражаешься (тесь),

<p><i>деятельности.</i></p>	<p>расстраиваешься (тесь) и так далее?</p> <p>5. Это связано с тобой (вами), другим человеком или группой?</p> <p>6. Как ты (вы) видишь (те) решение данной проблемы?</p> <p>7. Как будут выглядеть отношения с другими, и как ты (вы) будешь (те) чувствовать себя, если решиться эта проблема?</p> <p>8. После нашей беседы, каким будет твой (ваш) шаг по работе с твоей проблемой?</p> <p>9. Что бы ты (вы) сделал (ли), чтобы позаботиться о себе тогда и сейчас?</p> <p>10. Как ты (вы) оцениваешь (те) то, что ты (вы) получил (ли) в ходе сегодняшней беседы?</p> <p>11. Чувствуешь (те) ли ты (вы), что между нами остались какие-то незаконченные дела?</p>
-----------------------------	---

5. *Информация для самопомощи.* Ее подросток получает через средства массовой информации (справочники, буклеты, веб-сайты и другие компьютерные системы, и печатные материалы).

Разрешение личных проблем подростков и психопрофилактика.

Эта форма психологического сопровождения направлена на профилактику «синдрома стгорания», возникающего у подростка в связи с большими психоэмоциональными и душевными затратами. В решении данной проблемы могут быть использованы такие формы работы как индивидуальное психологическое консультирование и тренинги личностного роста.

1. *Индивидуальное психологическое консультирование.* Это специальная деятельность по оказанию помощи подростку в проблемных ситуациях. Суть консультирования состоит в специальной организации процесса общения, помогающей человеку актуализировать его резервные и ресурсные возможности, обеспечивающие успешный поиск возможностей выхода из проблемной ситуации. Консультирование сосредоточено на конкретной ситуации, личностных ресурсах волонтера и на помощи в самостоятельном принятии ответственного решения. Вместе с тем, психологическое консультирование представляет собой пограничную между ними область, использующую возможности и терапии, и обучения.

2. *Тренинги личностного роста.* Они направлены на обращение участников к осознанию личных мотивов поведения, а также развитие определенных личностных качеств и свойств, необходимых для успешного достижения жизненных целей. Использование такой формы работы позволяет решить следующие задачи:

- создать комфортное и безопасное пространство для обсуждения личных проблем, чувств, мыслей;
- развить творческие способности личности;
- тренировать жизненно важные навыки.

Поэтому тренинги личностного роста целесообразнее проводить в условиях турбазы или загородного лагеря не реже одного-двух раз в год в виде 3-4 дневных циклов (30-40 часов).

Психопрофилактическая работа осуществляется непосредственно на тренинговых занятиях и имеет шесть стадий:

1. *Мотивация на эффективное участие в работе.* Каждый из участников обучающей группы приходит на тренинговое занятие с определенными ожиданиями, порой неосознаваемыми, а зачастую, - просто из любопытства. При этом практически каждый участник группы испытывает чувство тревоги и неопределенности. Первая и важнейшая задача педагога – помочь участникам группы преодолеть сопротивление и осознать актуальную потребность участия в тренинге.

На первом занятии понимание своих целей будет значительно отличаться от того понимания, которое произойдет по истечении нескольких дней тренинговой работы. В начале тренинга педагог просит членов группы рассказать о том, что для них важно, зачем они здесь находятся. Обычно у участников выявляются сходные запросы, потребности, проблемы. Это помогает снять напряжение в группе. Педагог дает им возможность почувствовать понимание со стороны окружающих и создает атмосферу взаимоприятия. В последующие дни работы более эффективным является постановка краткосрочных целей (например, 1 день тренинга). Это дает возможность участникам достичь определенных результатов, почувствовать себя успешными в достижении поставленных целей. К концу тренинга педагог проводит наиболее значимую процедуру, знаменующую особый этап работы, осознание и постановка как тактических, так и стратегических (долгосрочных) целей и задач своего изменения и развития.

2. *Изучение поведенческих стратегий и ресурсов участников.* Если речь идет о работе с подростками, то следует помнить, что педагог всегда должен опираться на позитивную поддержку и раскрытие личностных ресурсов ребенка и его эффективных стратегий поведения. Но здесь важно не перестараться и не деградировать до уровня

беспольных поверхностных поглаживаний. Следует ясно понимать, что для подростка особенно важна «обратная связь», т.е. особая форма отзыва на его поведенческие проявления. В этой «обратной связи» важен не только процесс консолидации, но и «конфронтации» - противопоставления неприемлемого или деструктивного поведения конструктивным его формам, обнаружения проблемных зон развития.

Основная задача данного этапа работы – создать для участников группы обстановку, в которой они могут раскрыться, проявить свои естественные состояния.

3. *Оценка поведенческих стратегий и ресурсов участников.* Педагог сосредотачивает внимание на взаимоотношениях участников с другими членами группы, выявляет их личностные ресурсы и формы поведения. Он делает наблюдения, проясняет существующие у участников проблемы, способы поведения, которые смогут помочь или помешать разрешению проблем. Этот процесс осуществляется при помощи ролевых игр, которые позволяют участникам оказаться в позиции другого человека: родителя, педагога, наркопотребителя и т.д.

Основная задача – приблизить к осознанию форм собственного поведения и продемонстрировать связь между неэффективными стратегиями разрешения проблем и неумением получать радость от жизни без употребления ПАВ.

4. *Актуализация личностных ресурсов и эффективных поведенческих стратегий.* На данном этапе педагог должен особенно внимательно следить за процессами, происходящими в группе. Участники начинают открыто обсуждать реальные проблемы и трудности, делиться чувствами по поводу происходящего. Переживания могут вызывать у участников очень бурные реакции: слезы, агрессию, ощущение собственной беспомощности, или наоборот, смех, отрицание собственных проблем, заявление о своей сверхсостоятельности.

Основная задача – помочь участникам «увидеть себя со стороны», получить обратную связь со стороны окружающих, тренер помогает осознать пути выхода из кризиса.

5. *Осознание собственных стратегий поведения и ресурсов.* На этом этапе участники вплотную подходят к пониманию себя, начинают оценивать свое поведение с разных позиций, способны переживать свою состоятельность и несостоятельность. Происходит переосмысление системы взаимоотношений с окружающими, начинается поиск новых паттернов поведения.

6. *Модификация стратегий поведения.*

Участники переосмысливают свои поведенческие стратегии, ищут новые более адаптивные формы поведения, составляют планы на будущие изменения. Данные изменения закрепляются при помощи ролевых игр.

Задача педагога на этом этапе – поддержать у участников мотивацию на изменение. Для этого необходима позитивная «обратная связь» и поддерживающая атмосфера в группе.

Таким образом, выявляется группа лидеров, желающих организовать профилактическую поддерживающую сеть. Так формируются поддерживающие группы сверстников, родителей, инициативные группы профессионалов.

В конце тренинга педагог помогает участникам обобщить весь опыт, полученный на занятиях, привести все в систему. Он еще раз проводит параллели между проблемами, возникающими в жизни, неэффективными стратегиями их разрешения и возникновением зависимости от ПАВ. Он мотивирует волонтеров тренинга на использование имеющихся у них ресурсов в профилактической активности.

Педагог выясняет планы на будущее, закрепляет тенденции к изменениям, выясняет удовлетворенность работой. Тренинг заканчивается ритуалом прощания.

5. Глоссарий

Активные методы и формы обучения – методы и формы обучения, при которых активность воспитанника носит продуктивный, творческий, поисковый характер.

Аутентичность (от греч. authenticos– подменный) – подменность, соответствие самому себе.

Ассертивность (уверенность) – условие, необходимое для того, чтобы человек был в состоянии позитивно утверждать свою позицию.

Ассертивное поведение – поведение, при котором человек может успешно общаться с любым социальным партнером, не забывая при этом, заботиться о собственном благополучии, и не ущемляя прав и потребностей другого человека.

Анализ – начальный этап научного исследования, позволяющий перейти от общего описания какого-либо объекта (явления) к выявлению его внутреннего строения, состава, определению свойств его отдельных частей, отношений между частями и т. д.

Балинтовские встречи – групповое обсуждение волонтерами и педагогом наиболее типичных трудностей в работе.

Вторичная профилактика – комплекс социальных, образовательных и медико-психологических мероприятий, предупреждающих формирование болезни и осложнение наркотизации у лиц, эпизодически употребляющих ПАВ, но не обнаруживающих признаков болезни.

Внушаемость – свойство личности, отличающееся повышенной податливостью по отношению к побуждениям, которые спровоцированы другими людьми, некритическая готовность подчиняться. Склонность заражаться чужими настроениями и перенимать их привычки.

Групповое давление – попытки группы людей заставить другого человека чего-либо сделать без объяснения истинных причин, а лишь путем обвинений, лести, ссылок на других людей и т. п.

Девиантное поведение (лат. Deviatio - уклонение) – 1) поступок, действия человека, не соответствующие официально установленным или фактически сложившимся в данном обществе нормам (стандартам, шаблонам); 2) социальное явление, выраженное в массовых формах человеческой деятельности, не соответствующих официально установленным или фактически сложившимся в данном обществе нормам (стандартам, шаблонам).

Жизненно важные навыки – личные, межличностные и физические навыки, которые позволяют людям контролировать свою жизнь, развивать умение жить вместе и вносить позитивные изменения в окружающую среду.

Злоупотребление психоактивными веществами – неоднократное употребление ПАВ без назначения врача, имеющее негативные и социальные последствия.

Индивидуальность – своеобразное сочетание индивидуальных свойств человека, отличающее его от других людей.

Конфликт – наиболее острый способ разрешения значимых противоречий, возникающих в процессе взаимодействия, заключающийся в противодействии субъектов конфликта и обычно сопровождающийся негативными эмоциями.

Конформизм – податливость личности реальному или воображаемому давлению группы, проявляющаяся в изменении поведения и установок в соответствии с ранее не разделяемой позицией большинства.

Креативность (творчество) – способность создавать нечто новое, оригинальное.

Критерий – признак, на основании которого производится оценка, определение или классификация чего-либо. Критерии могут быть объективными, субъективными, прямыми и косвенными.

Личность – устойчивая система мировоззренческих, психологических и поведенческих признаков, характеризующих человека.

Метод обучения – способ совместной деятельности обучающихся и обучаемых, направленный на достижение ими образовательных целей (например, метод ролевой игры).

Мониторинг – система контролируемых и диагностируемых мероприятий, позволяющих регулярно отслеживать качества усвоения знаний и умений, а также личностного развития обучающегося в учебном процессе.

Наблюдение – целенаправленный и планомерный процесс сбора информации путем прямой и непосредственной регистрации исследователем воспитательных процессов или явлений.

Наркомания – повторное использование психоактивного вещества или веществ в таких количествах, что потребитель (называемый наркоманом) периодически или постоянно находится в состоянии интоксикации, имеет навязчивое стремление принять предпочитаемое вещество (или вещества), большим трудом добровольно прекращает употребление психоактивных веществ или изменяет его характер, а также проявляет решимость добыть психоактивные вещества почти любыми средствами.

Паттерны – модели, стиль поведения.

Первичная профилактика злоупотребления (ПАВ) – комплекс социальных, образовательных и медико-психологических мероприятий, предупреждающих приобщение к употреблению ПАВ, вызывающих болезненную зависимость.

План – документ, указывающий содержательные и временные границы деятельности, определяет ее порядок, объем и состав участников.

Показатель – величина, характеризующая качества предмета.

Посттравматические расстройства – отсроченная или затяжная реакция на действие длительного или особо тяжелого стресса.

Профилактика (греч. prophylaktikos) – совокупность мероприятий, направленных на охрану здоровья, предупреждение возникновения и распространения болезней человека, на улучшение физического развития населения, сохранения трудоспособности и обеспечение долголетия.

Профилактическая работа – деятельность по созданию оптимальных условий, способствующих устранению десоциализирующих влияний на ребенка со стороны ближайшего окружения. А также условий, обеспечивающих развитие его экзистенциальной сферы.

Психоактивные вещества (ПАВ) – химические и фармакологические средства, влияющие на физические и психическое состояние, вызывающие болезненное пристрастие; к ним относятся наркотики, алкоголь, никотин другие средства.

Психологическое сопровождение образовательного процесса – процесс, содержащий комплекс целенаправленных психологических действий, обеспечивающий помощь ребенку в решении жизненных и личностных проблем, стимулирующих его развитие на основе рефлексии происходящего.

Рефлексия – процесс осмысления чего-либо с помощью изучения и сравнения.

Самоанализ в деятельности волонтера – выявление достоинств и недостатков в деятельности волонтера и определение путей ее возможного улучшения.

Самовоспитание – сознательная и целеустремленная деятельность, направленная на возможно более полную реализацию человеком себя как личности.

Самооценка – оценка личностью самой себя, своих возможностей, качеств и места среди других людей.

Саморегуляция – процесс управления человеком собственными психологическими и физиологическими состояниями, а также поступками.

Сенситивность – чувствительность, острота восприятия.

Стресс – состояние психического напряжения, возникающее у человека в процессе деятельности в наиболее сложных, трудных ситуациях.

Супервизорская сессия - индивидуальный разбор трудностей с куратором.

Третичная профилактика – комплекс социальных, образовательных и медико-психологических мероприятий, направленных на предотвращение рецидивов заболевания, способствующих восстановлению личностного и социального статуса больного (наркомания, токсикомания, и алкоголизм), возвращение его в семью, в образовательное учреждение, в трудовой коллектив, к общественно- полезной деятельности.

Толерантность (терпимость) – способность терпеть, мириться с чужим мнением, быть снисходительным к поступкам других людей. Слово «терпимость» часто ассоциируется с пассивностью, отсутствием сопротивления. Психологический смысл толерантности наиболее полно отражен в англо-русском словаре: приобретенная устойчивость; устойчивость к неопределенности; этническая устойчивость; предел устойчивости (выносливости) человека; устойчивость к стрессу; устойчивость к поведенческим отклонениям.

Тренинг (от англ. train – воспитывать, учить, приучать) – специальный тренировочный режим, тренировка; процесс получения умений и навыков в какой-либо области вследствие выполнения в определенном порядке заданий, действий, игр.

Эмпатия – умение воспринимать состояние другого человека, чувствовать то же, что и он.

Эффективность – отношение результата к количеству израсходованных ресурсов (оптимальных затрат).

6. Список литературы

1. Бандерь А. С., Крюхтина Т. Л. и др. Программа «Диалог индивидуальностей» в рамках международной программы «Большие братья / Большие сестры»: информационные и методические материалы. Сборник методических материалов. – Ярославль: ГОУ ЯО «Ярославский областной молодежный информационный центр», 2004. – 38 с.
2. Гущина Т. Н. Формирование социальных навыков у подростков: профилактическая программа, игры, тесты. / Т. Н. Гущина, - Ярославль: ИРО, 2006. – 83 с.
3. Кудрявцева М. От равного – равным. Приоритеты. // НаркоНет. №6, 2007. – 48-53 с.
4. Куприянов Б. В. Детские общественные организации: сущность, особенности, формы. // Внешкольник. №4, 2007. – 3-7 с.
5. Куприянов Б. В. Воспитание и социализация в учреждениях дополнительного образования. // Внешкольник. №7, 2006. – 3-7 с.
6. Ковальчук М.А., Ходнеева Ю.А., Тарханова И.Ю. Комплект программ «Учимся вместе» для организации работы с детьми и их родителями по профилактике употребления ПАВ в учреждениях образования: Методическое пособие. Ярославль: Изд-во ЯГПУ, 2006. – 120 с.
7. Ковальчук М.А., Рожков М.И., Иванова Н.Л., Конева Е.В., Луканина М.Ф. Сборник методических рекомендаций для специалистов социальных учреждений молодежи. – Ярославль: Изд-во «Аверс-Пресс», 2004. – 160 с.
8. Ковальчук М. А., Рукавишников Н. Г., Корнеева Е.Н., Заверткина Е.Г. Коррекция поведения несовершеннолетней молодежи, склонной к употреблению психоактивных веществ: Методические рекомендации для педагогических коллективов образовательных учреждений. Ярославль: Изд-во ЯГПУ им. К. Д. Ушинского, 2004. – 54 с.
9. Кобякова Т. Г, Смердов О. А. «Работающие программы», выпуск 3. Первичная профилактика наркозависимости: концепция программы организации и развития подросткового добровольческого движения. – М.: 2000. – 80 с.
10. Конституция Российской Федерации от 12. 12.1993 г.
11. Конвенция о правах ребенка. Принята резолюцией 44/25 Генеральной Ассамблеи ООН от 20. 11.1989 г.
12. Кленова Н. В., Буйлова Л. Н. Методика определения результатов образовательной деятельности детей // Дополнительное образование. №12, 2004. – 17-25 с.
13. Кленова Н. В., Буйлова Л. Н. Методика определения результатов образовательной деятельности детей // Дополнительное образование. №1, 2005. – 18-24 с.

14. Макеева А. Г. Не допустить беды: Пед. профилактика наркотизма школьников: Пособие для учителя: В помощь образовательному учреждению: «Профилактика злоупотребления психоактивными веществами» / А. Г. Макеева; Под ред. М. М. Безруких; Министерство образования Рос. Федерации. – 2-е изд. – М.: Просвещение, 2004. – 191 с.
15. Макеева А. Г. Все цвета, кроме черного: методическое пособие для учителя 10-11 кл. – М.: Просвещение, 2005. – 64 с.
16. Майорова Н.П., Чепурных Е.Е., Шурухт С.М. Обучение жизненно важным навыкам в школе: Пособие для классных руководителей / Под ред. Н.П. Майоровой. – СПб.: Издательство «Образование – Культура», 2002. – 288 с.
17. Мамаева Е. Н., Журавлев И. Г. Профилактика наркозависимости. Сборник нормативных, методических и информационных материалов. – Ярославль: ГОУ ЯО «Ярославский областной молодежный информационный центр», 2004. – 200 с.
18. Маюров А. В., Маюров Я. А. Уроки здоровья. В здоровом теле – здоровый дух. Учебное пособие для ученика и учителя. 7-11 классы. Кн. 1. – М.: Педагогическое общество России, 2004. – 128 с.
19. Маюров А. В., Маюров Я. А. Уроки здоровья. Табачный туман обмана. Учебное пособие для ученика и учителя. 7-11 классы. Кн. 2. – М.: Педагогическое общество России, 2004. – 160 с.
20. Маюров А. В., Маюров Я. А. Уроки здоровья. Алкоголь – шаг в пропасть. Учебное пособие для ученика и учителя. 7-11 классы. Кн. 3. – М.: Педагогическое общество России, 2004. – 208 с.
21. Маюров А. В., Маюров Я. А. Уроки здоровья. Наркотики, выход из наркотического круга. Учебное пособие для ученика и учителя. 7-11 классы. Кн. 4. – М.: Педагогическое общество России, 2004. – 192 с.
22. Подготовка волонтеров (Программа, рекомендации, модели опыта) – М.: ГОУЦРСДОД, 2004. – 60 с. - (Серия «Библиотека для педагогов, родителей, детей).
23. Немов Р. С. Психология: в 3 кн. – 4-е изд. – М.: Владос, 2001. – кн. 1: Общие основы психологии. – 301 с.
24. Осложненное поведение подростков: причины, психолого-педагогическое сопровождение, коррекция: справочные материалы / Авт.-сост. Т. А. Шишковец. – М.: Пять за знания, 2006. – 192с. – (Классному руководителю).
25. Панченко Н. А. Педагогическая диагностика в работе классного руководителя /сост. Панченко Н. А. – Волгоград: Учитель, 2006. – 128 с.
26. Петрова Л. Ю., Гусева М. А. Сборник информационных и методических материалов по профилактической работе с молодежью (опыт муниципального учреждения

«Социальное агентство молодежи» Любимского муниципального района Ярославской области), разработанный в рамках деятельности опорной и экспериментальной площадки. Ярославль: Аверс-Плюс, 2006. – 112 с.

27. Подготовка волонтеров. Программы, рекомендации, модели опыта. – М.: ГОУ ЦР СДОДО, 2004. – 60 с. – (Серия для педагогов, родителей и детей).

28. Профилактика агрессивных и террористических проявлений у подростков: метод. пособие / С. Н. Ениколопов, Л. В. Ерофеева, И. Соковня и др.; под ред. И. Соковни. – 2-е изд. – М.: Просвещение, 2005. – 158 с.

29. Родионов В. А. Прививка от стресса. Методические рекомендации по профилактике негативных последствий воздействия стресса на детей. / В. А. Родионов, М. А. Ступницкая, К. Р. Ступницкая. – Ярославль: Академия развития, 2006. – 272 с. – (Практическая психология).

30. Рожков М. И., Ковальчук М. А., Волков А. В., Конеева Е. Н., Рукавишников Н. Г., Хондеева Ю. А. и др. Профилактическая работа: как ее организовать в среде детей и подростков? Методические рекомендации. Ярославль, 2005. – 80 с.

31. Сирота Н. А. Теоретические, методологические и практические основы альтернативной употреблению наркотиков активности несовершеннолетних и молодежи / Н. А. Сирота, В. М. Ялтонский. – М.: Московский городской фонд поддержки школьного книгоиздания, 2004. – 156 с. – (В помощь образовательному учреждению: Профилактика злоупотребления психоактивными веществами).

32. Сирота Н. А., Ялтонский В. М. Эффективные программы профилактики зависимости от наркотиков и других форм зависимого поведения. – М.: ООО Центр полиграфических услуг «Радуга», 2004. – 123 с.

33. Сирота Н. А., Ялтонский В. М., Волкова Т. В. и др. Руководство по профилактике злоупотребления психоактивными веществами в студенческой среде / Н. А. Сирота и др. – М.: Социальный проект, 2003. – 320 с.

34. Сирота Н. А., Ялтонский В. М. «Работающие программы». Выпуск 5. Программа формирования здорового жизненного стиля. – М.: 2000. – 84 с.

35. Сохина О. Е. Зачем школе нужен волонтер? // PR в образовании. Журнал для современного руководителя в образовании. №3, 2006. – 114-128 с.

36. Федеральный закон «О наркотических средствах и психотропных веществах» от 08.01.1998 г. № 3 - ФЗ.

37. Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» // Российская газета. 31.12.2012. № 5976

38. Худенков Е. Д., Слободяник Н. П., Кальянов И. В. и др. Формирование социально и нравственно устойчивого развития личности в системе общего и дополнительного образования как условие профилактики зависимости от психоактивных веществ у обучающихся. – Рязань, 2004. – 177 с.
39. Уголовный кодекс Российской Федерации от 13. 06. 1996 г. № 63 - ФЗ.
40. Яшина Е., Камалдинов Д., Петрова О., Аврукина О. и др. Я хочу провести тренинг: Пособие для начинающего тренера, работающего в области профилактики ВИЧ/СПИД, наркозависимости и ИППП. – М.: ГУП «Медицина для вас», 2003. – 206 с.

7. Список литературы для обучающихся

1. Афанасьев С. П., Коморин С. В. Триста творческих конкурсов – Кострома, МЦ «Вариант», 2002. – 112 с.
2. Гущина Т. Н. Формирование социальных навыков у подростков: профилактическая программа, игры, тесты. / Т. Н. Гущина, - Ярославль: ИРО, 2006. – 83 с.
3. Еникеева Д. Д. Как предупредить алкоголизм и наркоманию у подростков: Учебное пособие для студентов средних и высших учебных заведений. – 2-е изд., стереотип. – М.: Издательский центр «Академия», 2001. – 144 с.
4. Игры: Обучение, тренинг, досуг / под. ред. В. В. Петрусинского. – М., 1994. – 109 с.
5. Игротека. Лидер XXI века. / Сост. Л. А. Побережная. – Н. Новгород: ООО «Педагогические технологии», 2006. – 88 с.
6. Макеева А. Г. Все цвета, кроме черного: находим ответы на трудные вопросы: блокнот для учащихся 10-11 кл. – М.: Просвещение, 2005. – 64 с.
7. Маюров А. В., Маюров Я. А. Уроки здоровья. В здоровом теле – здоровый дух. Учебное пособие для ученика и учителя. 7-11 классы. Кн. 1. – М.: Педагогическое общество России, 2004. – 128 с.
8. Маюров А. В., Маюров Я. А. Уроки здоровья. Табачный туман обмана. Учебное пособие для ученика и учителя. 7-11 классы. Кн. 2. – М.: Педагогическое общество России, 2004. – 160 с.
9. Маюров А. В., Маюров Я. А. Уроки здоровья. Алкоголь – шаг в пропасть. Учебное пособие для ученика и учителя. 7-11 классы. Кн. 3. – М.: Педагогическое общество России, 2004. – 208 с.
10. Маюров А. В., Маюров Я. А. Уроки здоровья. Наркотики, выход из наркотического круга. Учебное пособие для ученика и учителя. 7-11 классы. Кн. 4. – М.: Педагогическое общество России, 2004. – 192 с.
11. Подготовка волонтеров (Программа, рекомендации, модели опыта) – М.: ГОУЦРСДОД, 2004. – 60 с. - (Серия «Библиотека для педагогов, родителей, детей»).
12. Петрова Л. Ю., Гусева М. А. Сборник информационных и методических материалов по профилактической работе с молодежью (опыт муниципального учреждения «Социальное агентство молодежи» Любимского муниципального района Ярославской области), разработанный в рамках деятельности опорной и экспериментальной площадки. Ярославль: Аверс-Плюс, 2006. – 112 с.
13. Подготовка волонтеров. Программы, рекомендации, модели опыта. – М.: ГОУ ЦР СДОДО, 2004. – 60 с. – (Серия для педагогов, родителей и детей).

14. Родионов В. А. Лангуева Е.А. Развитие навыков делового общения. Тренинговые занятия для учащихся старших классов. – Ярославль: Академия развития, 2005. – 134 с.
15. Рожков М. И., Ковальчук М. А., Волков А. В., Конеева Е. Н., Рукавишникова Н. Г., Хондеева Ю. А. и др. Профилактическая работа: как ее организовать в среде детей и подростков? Методические рекомендации. Ярославль, 2005. – 80 с.
16. Худенков Е. Д., Слободяник Н. П., Кальянов И. В. и др. Формирование социально и нравственно устойчивого развития личности в системе общего и дополнительного образования как условие профилактики зависимости от психоактивных веществ у обучающихся. – Рязань, 2004. – 177 с.

8. Приложения

Приложение 1

Упражнения и игры на знакомство и развитие личностного потенциала подростков.

Данный материал составлен на основании следующих литературных источников:

- Гущина Т. Н. Формирование социальных навыков у подростков: профилактическая программа, игры, тесты. / Т. Н. Гущина, - Ярославль: ИРО, 2006. – 83 с.;
- Яшина Е., Камалдинов Д., Петрова О., Аврукина О. и др. Я хочу провести тренинг: Пособие для начинающего тренера, работающего в области профилактики ВИЧ/СПИД, наркозависимости и ИППП. – М.: ГУП «Медицина для вас», 2003. – 206 с.

Игра – Представление «Ромашка»

Цель: познакомить участников между собой, показать вариативность личностных качеств. Расширить границу принятия друг друга.

Ход игры: на ватмане участники должны по очереди нарисовать цветок – ромашку. Каждый должен нарисовать один лепесток. И написать на нем свое имя. На каждую букву своего написанного имени нужно назвать свое положительное качество. Например, Лена – ласковая, естественная, активная, нужная. В итоге получается красивый цветок.

Комментарии: как правило, выполнение данного упражнения носит творческий характер и рисуются не только лепестки, но и стебель, горшок и т. д.

Можно предложить группе отслеживать, какие качества называются чаще, и на основании этого разделить группу на микрогруппы (например, группа активных, любимых, веселых и т. д.). Это позволяет перейти к групповой работе и более терпимо относиться друг к другу.

Упражнение – Приветствие «Мои ассоциации»

Цель: познакомить участников между собой, развить творческое воображение, самопознание.

Инструкция: участники по кругу называют свое имя и придумывают первую ассоциацию с самим собой, какая приходит им в голову. Например, Марина – стремительная волна и т. д. Круг повторяется еще раз.

Упражнение «Невербальное знакомство»

Цель: получить опыт преодоления барьеров в общении, осознать собственные сложности.

Инструкция: Участникам предлагается молча знакомиться друг с другом (руками, глазами и т. д.).

Упражнение – Рисунок «Что мне нравится в себе»

Цель: формировать позитивную самооценку, внимание к собственной личности и особенностям другого.

Инструкция: участникам предлагается заполнить нарисованные пустые шарики, звездочки и т.д. информацией о себе. По желанию можно показать рисунок группе.

Упражнение «Эмоциональная гимнастика»

Цель: раскрыть собственные эмоциональные ресурсы, научиться правильно идентифицировать и проявлять их.

Инструкция: каждый из участников получает карточку, на которой написана определенная эмоция или чувство (нетерпение, ожидание, скука, испуг, растерянность, волнение, обида, умиление, сосредоточенность, любовь). Нужно постараться выразить эту эмоцию любым доступным способом (мимикой, жестами, словами), единственное что нельзя - это произносить название и показывать карточку окружающим.

Как вариант: участникам предлагается:

- походить как младенец, старик, лев, балерина;
- посидеть как пчела на цветке, наездник на лошади, падишах;
- нахмурится как осенняя туча, рассерженный учитель, разъяренный отец;
- улыбнуться как кот на солнышке, само солнышко, хитрая лиса, радостный ребенок;
- удивиться «как будто увидел чудо»
- испугаться как ребенок, потерявшийся в лесу; заяц, увидевший волка; котенок, на которого лает собака;
- позлиться как ребенок, у которого отняли мороженое; два барана на мосту; человек, которого ударили.

Упражнение «Визитка»

Цель: научить подчеркивать свою индивидуальность посредством рассказа о себе.

Инструкция: участникам дается 3-5 минут на подготовку «визитки» - стихотворения, афоризма, девиза, рисунка, рассказа и т. д.), в которых отражены личностные особенности (привычки, умения, привязанности и т. д.). Все участники садятся в большой круг и по очереди представляют свои визитки в течение 1 минуты. Ведущий акцентирует внимание на наиболее ярких индивидуальных особенностях каждого для лучшего их запоминания.

Упражнения и игры на формирование навыков самоанализа и принятия решения в проблемных ситуациях

Данный материал составлен на основании следующих литературных источников:

- Гущина Т. Н. Формирование социальных навыков у подростков: профилактическая программа, игры, тесты. / Т. Н. Гущина, - Ярославль: ИРО, 2006. – 83 с.;
- Яшина Е., Камалдинов Д., Петрова О., Аврукина О. и др. Я хочу провести тренинг: Пособие для начинающего тренера, работающего в области профилактики ВИЧ/СПИД, наркозависимости и ИППП. – М.: ГУП «Медицина для вас», 2003. – 206 с.

Игра-активатор «Тропинка»

Цель: формировать навыки управления стрессом, оценки проблемной ситуации и принятия решения.

Ход игры: все участники выстраиваются в затылок друг за другом. Тот, кто стоит первым, будет ведущим. Он ведет всех змейкой по тропинке, преодолевая воображаемые препятствия: перепрыгивает через воображаемые рвы, подлезает под преградами и т.д. Все идущие за ним повторяют его движения. По определенному сигналу ведущий становится в хвост змейки, а его роль начинает выполнять игрок, идущий вторым и т.д. Задача игроков - как можно точнее повторить все движения идущего.

Упражнение «Стресс»

Цель: осознать уровень собственной эффективности преодоления проблем.

Инструкция: в качестве рефлексии, участникам предлагается вспомнить основные проблемы, которые возникали у них в течение последних шести месяцев и то, как они вели себя в данных ситуациях. Далее можно разыграть сценки, демонстрирующие способы совладения со стрессом и обсуждение «более и менее эффективных стратегий».

Как вариант: можно дать участникам домашнее задание разработать рабочие листы: «имеющиеся у меня навыки» и «навыки, которые необходимо развивать».

Игра – активатор «Камень, ножницы, бумага»

Цель: научить принимать решения в проблемных ситуациях.

Инструкция:

- сжатый кулак означает камень
- разведенные в сторону в виде буквы V указательный и средний палец – ножницы
- ладонь – бумага.

Игроки хором считают «раз, два, три!» и на счет «три» показывают один из знаков. Камень может затупить ножницы, ножницы – разрезать бумагу, а бумага – завернуть камень.

Игра проводится по парам (т.о. в ней оказываются победитель и побежденный) или всей группой, при этом все пытаются по счету «три» показать один и тот же знак.

Упражнение «За и против»

Цель: научить принимать решения в проблемных ситуациях в несколько этапов.

Инструкция: перед подростком ставится проблема: выполнять ему домашнее задание или нет? От этой надписи расходятся два возможных варианта: выполнять или не выполнять, а под ними расписаны позитивные и негативные последствия каждого из решений. Например, под надписью «не выполнять» приятными последствиями для героя будут: наличие свободного времени и полученная возможность потратить его на другие увлечения и интересы, отсутствие необходимости прилагать усилия и, как следствие, отсутствие усталости. Негативными же последствиями здесь будут: реальная возможность получить двойку, расстройство и гнев родителей и учителя, возможно будущие осложнения с усвоением нового материала.

Упражнение «Реальный выбор решения»

Цель: научить принимать решения в реальных жизненных проблемных ситуациях в несколько этапов.

Инструкция: участники разбиваются по парам. Каждой паре необходимо решить, употреблять или не употреблять ПАВ в ситуации, когда участников побуждают выпить, закурить или принять наркотики.

Упражнения и игры на формирование коммуникативных навыков

Данный материал составлен на основании следующих литературных источников:

- Гущина Т. Н. Формирование социальных навыков у подростков: профилактическая программа, игры, тесты. / Т. Н. Гущина, - Ярославль: ИРО, 2006. – 83 с.;
- Яшина Е., Камалдинов Д., Петрова О., Аврукина О. и др. Я хочу провести тренинг: Пособие для начинающего тренера, работающего в области профилактики ВИЧ/СПИД, наркозависимости и ИППП. – М.: ГУП «Медицина для вас», 2003. – 206 с.
- Амелина С.В. Технология организации и проведения тренинга коммуникативности. (Лекционный материал КПК «Организация первичной профилактики злоупотребления ПАВ в подростковой среде» от 17.10.2008) – Ярославль: ГОУ ДОД ЯО ЦРТДЮ, ИМЦ по вопросам первичной профилактики злоупотребления ПАВ обучающимися учреждений начального и среднего профессионального образования.

Игра – активатор «Комплимент».

Цель: сформировать атмосферу доверия внутри группы; помочь участникам узнать друг друга, сократить дистанцию в общении.

Ход игры: Ведущий предлагает участникам обменяться дружескими пожеланиями с участником группы, сидящим слева. Обязательные условия: 1.Обращаться по имени. 2. Сказанное должно быть приятно не говорящему, а слушающему. Участники занятия говорят друг другу что-нибудь приятное. Тот, к кому обращались, обязательно должен поблагодарить за комплимент.

Игра – активатор «Общение руками».

Цель: сформировать атмосферу доверия внутри группы; помочь участникам узнать друг друга, сократить дистанцию в общении.

Ход игры: участникам надо разбиться на пары, встать напротив друг друга, взяться за руки и закрыть глаза. По команде ведущего, но только при помощи рук (без слов) надо поздороваться, попрощаться, поспориться, помириться, потанцевать.

Комментарии: эти упражнения относятся к упражнениям на эмоциональный разогрев, знакомство и вхождение в группу – «Ледоколы». Естественно тренинг коммуникации начать с них.

Задание – тест «Ледоколы».

Цель: определить эмоциональное состояние в группе.

Инструкция: участникам предлагается распределиться на группы в зависимости от настроения, которое участники сейчас испытывают.

Комментарии: если вся группа сбивается в «кучу» и на вопрос: «Какое же у вас сейчас настроение?» весело отвечает «Прекрасное!» - цель достигнута. Лед недоверия разрушен, настороженность сменилась готовностью к сотрудничеству.

Игра «Нос – пол – потолок».

Цель: научить распознавать невербальные способы общения.

Ход игры: ведущий показывает на нос, пол или потолок и называет эти предметы, однако показывает и называет одновременно разные предметы, например, говорит «пол», а показывает на потолок. Участники должны, глядя на ведущего, делать то, что говорит, а не то, что он показывает.

Комментарии: после выполнения упражнения ведущий обращает внимание на то, что вербальный сигнал (то, что мы слышим) часто уступает невербальному (то, что мы видим). Около 70% процентов занимает невербальная коммуникация, и 30% - вербальная.

Игра-упражнение «Разговор через стекло»

Цель: развивать невербальную коммуникацию: способность к эмпатии, межличностного взаимодействия, поддерживать контакт при ограниченных средствах коммуникации, выражать свои чувства, мысли, переживания.

Ход игры: участникам необходимо разделиться на 2 группы, рассчитаться на первый, второй. Первые номера пусть выберут себе пару. Задача первых номеров объяснить без слов смысл фразы. Например, «Вино пить, да курить – здоровью вредить!»; «За алкоголь платят дважды – сначала деньгами, а потом здоровьем»; «Спортсмены не употребляют спиртные напитки»; «Курение вызывает неприятные ощущения, связанные с пожелтением зубов, неприятный запах изо рта»; «Капля никотина убивает лошадь»; «Бросай курить – вставай на лыжи». Затем вторые номера объясняют без слов предложенную им фразу. На это упражнение отводится 10 минут.

Упражнение «Правила эффективного и безопасного общения».

Цель: выявить правила эффективного и безопасного общения.

Инструкция: участники делятся на подгруппы по 3-5 человек. Задача каждой группы – придумать по 5 правил общения, которые могли бы облегчить и улучшить его. Затем подгруппы по очереди представляют свои правила.

Комментарии: в окончательном виде сформулированные правила эффективного и безопасного общения могут выглядеть следующим образом:

- обязательно улыбайтесь;
- слушайте внимательно и показывайте свою заинтересованность;
- старайтесь хотя бы немного поговорить о том, что интересно и приятно собеседнику;
- обращайтесь к собеседнику по имени и смотрите ему в глаза;
- не оскорбляйте собеседника и не давайте негативных оценок его личности.

Игра «Сито»

Цель: потренироваться в отборе необходимого материала из потока информации, в умении сконцентрироваться на партнере; развить память и аудиальные возможности восприятия.

Ход игры: каждый раз требуется три добровольца. Один садится на стул лицом к группе. Двое других размещаются у него за спиной. Каждый из них по сигналу тренера начинает свой монолог. Задание ведущему игроку – через две минуты пересказать как можно более подробно рассказ каждого из говоривших.

Вариант: на площадку приглашается доброволец, который садится спиной к группе. По сигналу тренера игроки начинают разговаривать, петь, пересмеиваться... Через 2 мин. ведущий игрок повернется к зрителям и расскажет лишь об одном из товарищей, чей голос он заметил, используя «сито», проследил в общем шуме.

Комментарии: обсуждение упражнения. В чем, на ваш взгляд, смысл игры? Чем она может быть полезна при формировании коммуникационных навыков?

Игра «Зеркало»

Цель: научить участников концентрировать внимание на его невербальном языке партнера и развить эмпатические возможности.

Ход игры: участник под первым номером получает задание в течение 5 мин. рассказать партнеру о своем любимом виде спорта (книге, фильме, способе проводить свободное время и т. д.) и убедить своего собеседника в несомненных преимуществах этого вида спорта (Например, футбола) перед другими. Участник под вторым номером получает при этом инструкцию, в соответствии с которой он должен посылать своему собеседнику постоянные невербальные сигналы о том, что тема разговора ему неинтересна, все доводы говорящего нелогичны, слабы и неэффективны. Он избегает зрительного контакта с говорящим, демонстрирует закрытые позы, руки постоянно заняты – теребят волосы и края одежды, стряхивают с нее ворсинки... Нужно вести эту роль с максимальной естественностью, чтобы не давать собеседнику заподозрить нарочитость поведения!

Затем роли меняются. Убеждать своего партнера придется участнику под вторым номером. Первый же игрок получает от тренера инструкцию пользоваться невербальными сигналами позитивного слушания: качать в знак согласия головой, поддакивать, подать корпус вперед — к говорящему, следить за тем, чтобы не использовались закрытые позы...

Комментарии: вопросы для обсуждения:

1. Удалось ли вам убедить собеседника в своей правоте?
2. Как вы чувствовали себя во время разговора?

3. Как вы можете оценить поведение своего партнера?
4. Считаете ли вы, что он во время вашего монолога передавал вам сигналы, имеющие скрытый смысл? Какой?
5. Была ли разница в результатах общения в первом и втором случаях? В чем она заключалась?

Упражнение «Взаимодействие»

Цель: научить участников групповому взаимодействию.

Инструкция: каждым трем добровольцам дается кусок мела и свернутый отрезок веревки. За полторы минуты команда должна нарисовать на доске окружность.

Комментарии: как правило, задание выполнить не удается. Иногда в группе находится кто-то умеющий рисовать, и он один, «от руки» рисует окружность. В подобной ситуации задание считается не выполненным, так как работа должна быть коллективной. Группа заменяется, и задание повторяется.

Наиболее распространенный случай, когда все трое одновременно начинают рисовать окружность. Рисунок получается некачественный, т.е. задание не выполнено. Можно предложить еще одной группе участников выполнить задание, но это не обязательно.

Обсуждение (проводится в виде дискуссии). Все делали одно и то же. Так не бывает. У каждого должны быть свои обязанности, кто-то организует работу, кто-то выполняет.

На доску выносится первый пункт «алгоритма взаимодействия»: **назначить организатора.**

Каждая работа начинается, что называется, «от печки», т. е. с главной точки. Мы должны были нарисовать окружность. Что такое окружность (Учащиеся дают определение окружности.) Мы должны были начать рисовать с центра. Теперь посмотрите на стол. На нем лежит веревка. Если к одному концу веревки привязать мел, а другой конец прижать к центру, то можно нарисовать окружность. Теперь понятно, как рисовать.

1. На доску выносится второй пункт «алгоритма взаимодействия»: **составить план.** После того как план составлен, организатор должен сказать, кто должен держать веревку у центра, а кто работать тем концом, к которому привязан мел.

2. На доску выносится третий пункт «алгоритма взаимодействия»: **определить обязанности.**

А теперь осталось только нарисовать. Но выбран организатор, он должен со стороны посмотреть, ровно ли рисуется окружность.

3. На доску выносится четвертый пункт «алгоритма взаимодействия»: **выполнение и контроль.**

Игра «Конфликт»

Цель

Ход игры: Разыграть следующую ситуацию в группе из 3-х человек с позиции 3-х птиц:

1. *Голубь* – вступает в конфликт и старается решить его мирным путем, не причиняя никому вреда.
2. *Страус* – прячет голову в песок, уходит от конфликта.
3. *Ястреб* – сам разжигает конфликты и решает в свою пользу.

Ситуация. Трое одноклассников, живущих по соседству, приобрели сообща роликовые коньки. В первый же день между ними произошел конфликт, так как каждому хотелось покататься подольше.

Вопросы для обсуждения:

1. Как лучше решать конфликты?
2. Что должны учитывать участники конфликта?
3. Как вы понимаете слова Пифагора: «Живи с людьми так, чтобы твои друзья не стали недругами, а недруги стали друзьями?»

Игра «Разговор начистоту»

Цели:

- помочь участникам лучше узнать друг друга, сократить дистанцию в общении способствовать созданию в группе атмосферы доверия и открытости;
- дать возможность каждому члену группы потренироваться в ответственном отношении к другим людям, их словам и поступкам, чертам их личности;
- обеспечить каждому участнику тренинга возможность получения индивидуальной и групповой оценки его личности, а также дать ему возможность обратной связи с группой.

Инструкция: каждый участник за 5 минут должен написать на листке в две колонки свои положительные и отрицательные качества, которые проявляются в межличностном общении. Получился коммуникативный автопортрет – видение самого себя, который нужно прикрепить на груди.

Второй этап упражнения позволит сравнить собственное представление о себе с тем, как выглядим каждый участник в глазах других. Для этого необходимо взять еще по одному чистому листу и прикрепить себе на спину с помощью булавки. Этот лист будут заполнять другие участники. Если участник хочет, чтобы ему говорили исключительно о его положительных качествах, то он должен нарисовать в верхнем углу листа солнышко. Так он обозначит для окружающих свое пожелание стать обладателем коллекции комплиментов. В том случае, если кто-то не боится критики, то нарисует в углу листа

тучу и молнию. Если кому-то интересно узнать о себе и плохое, и хорошее, то нарисует в углу листа вопросительные знаки.

Ход игры: участники свободно передвигаются по комнате, встречаются с товарищами по группе, читают «листы самооценки», реагируют (но кратко!) на прочитанные «автооценки» записями на листах, закрепленных на спинах игроков. По окончании встреч группа рассаживается в круг. Тренер предлагает желающим прочесть материал, накопившийся на их «заспанных» листах. Тот, кто не готов познакомить группу со всем написанным, может процитировать лишь избранные замечания своих коллег. Можно на этом этапе дать участникам возможность обратиться к товарищам с тем, чтобы узнать авторство тех или иных оценок, уточнить смысл записей и т. д.

Игры на формирование навыков отказа от предлагаемых ПАВ

Данный материал составлен на основании следующих литературных источников:

- Яшина Е., Камалдинов Д., Петрова О., Аврукина О. и др. Я хочу провести тренинг: Пособие для начинающего тренера, работающего в области профилактики ВИЧ/СПИД, наркозависимости и ИППП. – М.: ГУП «Медицина для вас», 2003. – 206 с.
- Амелина С.В. Технология организации и проведения тренинга отказа от предложения употреблять ПАВ. (Лекционный материал КПК «Организация первичной профилактики злоупотребления ПАВ в подростковой среде» от 17.10.2008) – Ярославль: ГОУ ДОД ЯО ЦРТДЮ, ИМЦ по вопросам первичной профилактики злоупотребления ПАВ обучающимися учреждений начального и среднего профессионального образования.

Игра « Поменяйтесь местами».

Цель: отработать навыки распознавания группового давления.

Ход игры: игра проводится в парах. Нужно рассчитаться на первый-второй. Участник с номером 1 должен уговорить участника с номером 2 поменяться местами. Уговаривать можно любыми способами, но без применения физической силы.

Обсуждение увиденных в игре способов оказания давления.

- Кому удалось уговорить поменяться местами?
- Каким способом вам удалось этого достигнуть?

Варианты: ситуации для разыгрывания в подгруппах:

1. Подросток уговаривает одноклассника пойти к нему домой, чтобы поиграть на его новом компьютере.
2. После игры в футбол подросток говорит товарищу, что он молодец, отлично играет, и предлагает отметить окончание игры, пойти выпить пива.
3. Подросток под угрозой расправы требует у подростка денег (он должен принести их из дома)

После демонстрации сценок проводится обсуждение применяемых в каждой ситуации способов группового давления.

Игра «Нет, уважаемый сударь»

Цель: отработать навыки отказа от нежелательного действия.

Инструкция: Все участники игры рассаживаются по кругу. Один из них выходит из комнаты. Оставшиеся договариваются между собой, что именно они будут пытаться уговорить сделать вышедшего. Например, примерить шляпу, взять в руки книгу и т.д.

Участник, которого будут уговаривать, входит в комнату и усаживается на стул, стоящий в центре круга. Его задача — вежливо отказываться от любых предложений окружающих. Отказ должен начинаться со слов «нет, уважаемый сударь!» или «нет,

уважаемая сударыня!». Задача остальных участников — сделать так, чтобы отказывающийся произнес слово «да». Для этого можно использовать разные провоцирующие формулировки, например:

- a. Примерьте шляпу, уважаемый сударь!
- b. Нет, уважаемый сударь, мне сейчас не хочется!
- c. Странно, я уверен, что вам она очень подойдет. Ведь вы согласны с тем, что у вас очень привлекательная внешность?

После того как отказывающийся ответил «нет» всем сидящим вокруг него или все же сказал «да», он меняется местами с кем-то из участников.

После игры вы можете обсудить с участниками следующие вопросы:

1. Легко ли было говорить «нет» своим друзьям?
2. Какие чувства возникали в тот момент, когда приходилось произносить «нет»?
3. Какие чувства возникли в тот момент, когда все же пришлось сказать «да»?
4. Какие чувства вы испытывали по отношению к тем людям, которые уговаривали принять предложение?

Ролевые игры

Цель: отработать навыки отказа от употребления психоактивных веществ.

Инструкция: следует отобрать необходимое количество актеров соответствующего пола и раздать им роли, т.е. громко объяснить группе, что каждый из них должен делать.

Главный герой имеет право применять все способы отказа, имеющиеся на слайде, за исключением способа 8. Если главный герой попадает в затруднение и не знает, что возразить в ответ на назойливые предложения, он имеет право обратиться за помощью к группе. Остальные действующие лица имеют право говорить и делать все, что вздумается, их цель – заставить главных героев употреблять психоактивные вещества вместе с ними.

1. Антон, Стас, Максим и Паша идут на дискотеку. Максим уже много раз выпивал, когда был на дискотеке, и предлагает друзьям и сегодня купить по паре бутылок пива. Он считает, что «так будет веселее». Стас и Паша сразу же согласились. Антон один раз пробовал пиво, и ему не понравилось. Он уверен, что пиво и любой другой алкоголь вредны для здоровья. Кроме того, дома его будет встречать мать, и она может понять, что он выпил. Однако Стас, Максим и Паша продолжают уговаривать его.
2. Саша и Жанна познакомились с тремя мальчиками: Сергеем, Лешей и Женей. Мальчики на два года старше их. Леша пригласил девочек вместе со всей компанией домой на день рождения. На дне рождения ребята сразу же стали предлагать девочкам вино. Жанна не знает, как быть: с одной стороны, ей страшновато, а с другой – не хочется выглядеть перед мальчиками смешной. Саша боится, что от вина можно опьянеть, и тогда

могут случиться неприятности. Кроме того, у нее дома выпивают очень редко и с неодобрением отзываются об алкоголе, а отец вообще недолюбливает пьяных.

3. В дверь позвонили. Инга открыла дверь — на пороге стояла Дарья, ее давняя (еще с детсадовских времен) подруга. Девушки уселись на кухне и стали оживленно обсуждать новости. «Слушай, Инга, давай покурим», — предложила Дарья. «Давай, — согласилась Инга, — сейчас только сигареты принесу». «Да не надо, у меня есть, правда, с травкой, ты ведь такие еще не пробовала?» «Нет», — растерялась Инга. «Слушай, такой кайф, и неопасно совсем! На, попробуй!» — и Дарья протянула Инге сигарету.

4. Этим ребят Сергей совсем не знал. Просто во дворе, кроме них, никого не было, поэтому мальчик пристроился рядом на скамейке. Ребята лениво обсуждали последний хоккейный матч. «Ну что, мультяшки, что ли, посмотрим?» — спросил один из подростков и достал из кармана тюбик с клеем. Ребята двинулись было к двери подъезда, но вдруг остановились. «А ты чего расселся, — спросил один из них Сергея, — а ну, давай вместе со всеми!» Ребята угрожающе двинулись в сторону Сергея.

Приемы отказа от предлагаемых наркотиков:

1. Выбрать союзника: поискать, нет ли в компании человека, который согласен с вами, — это помогает получить поддержку и сократить число сторонников употребления.
2. «Перевести стрелки»: сказать, что вы не принуждаете никого из них что-либо делать, так почему же они так назойливы?
3. Сменить тему: придумать что-нибудь еще; придумать что-нибудь, что тоже интересно и не связано с приемом наркотиков (пойти в спортзал, в зал игровых автоматов, на танцы или еще что-нибудь придумать).
4. «Продинамить»: сказать, что как-нибудь в другой раз...
5. «Задавить интеллектом»: если они убеждают, что это безвредно, указать на то, где они врут или просто не знают последствий (для этого нужно знать, чем вредны табак, алкоголь, наркотики).
6. Упереться: отвечать «нет», несмотря ни на что. Отстаивать свое право иметь собственное мнение. Это, кстати, будет свидетельствовать о твердом характере.
7. Испугать их: описать какие-нибудь страшные последствия, если они будут употреблять. Например, поймают, случится белая горячка, заболеем гепатитом и т.д.
8. Обходить стороной: если есть подозрение, что в какой-то компании в определенное

время могут предложить наркотики, просто обходить ее стороной.

Вопросы для обсуждения:

- 1 . Почему окружающие хотели заставить главных героев употреблять опасные вещества?
2. Какие чувства испытывали главные герои?
3. Какие чувства испытывали их оппоненты?
4. Что могло бы случиться потом, если бы главные герои отказались употреблять психоактивные вещества?
5. Что могло бы случиться потом, если бы главные герои согласились употреблять психоактивные вещества?
6. Как еще могли поступить главные герои, чтобы избежать приема психоактивных веществ?

Возможен вариант, когда обсуждение каждой сценки по предлагаемым вопросам проводится сразу же после ее представления.

Упражнения на формирование навыков асертивного поведения

Данный материал составлен на основании следующих литературных источников:

- Гущина Т. Н. Формирование социальных навыков у подростков: профилактическая программа, игры, тесты. / Т. Н. Гущина, - Ярославль: ИРО, 2006. – 83 с.;
- Яшина Е., Камалдинов Д., Петрова О., Аврукина О. и др. Я хочу провести тренинг: Пособие для начинающего тренера, работающего в области профилактики ВИЧ/СПИД, наркозависимости и ИППП. – М.: ГУП «Медицина для вас», 2003. – 206 с.
- Амелина С.В. Асертивное поведение. (Лекционный материал КПК «Организация первичной профилактики злоупотребления ПАВ в подростковой среде» от 17.10.2008) – Ярославль: ГОУ ДОД ЯО ЦРТДЮ, ИМЦ по вопросам первичной профилактики злоупотребления ПАВ обучающимися учреждений начального и среднего профессионального образования.

Упражнение «Холодный суп»

Цель: проверка понимания участниками способов поведения.

Инструкция: Тренер зачитывает инструкцию: «Представьте себе такую ситуацию. Вас попросили обсудить деловое предложение с важным клиентом и вы пригласили его в дорогой ресторан. И ваш клиент и вы заказали себе первое блюдо. Когда подали суп, он оказался холодным. Клиента пригласили вы, значит, вы являетесь хозяином и чувствуете, что должны что-то предпринять».

Затем каждый участник получает карточку, на которой написана возможная реакция на создавшееся положение:

1. Спросите у официанта: «Этот суп подается холодным?»
2. Отставьте тарелку в сторону.
3. Встаньте и покиньте заведение.
4. Громко, так, чтобы это услышали и официант, и другие посетители произнесите: «Это последний раз, когда я сюда кого-нибудь привожу!»
5. Скажите официанту: «Я бы хотел, поговорить с менеджером».
6. Скажите официанту, что вы бы хотели вычесть стоимость супа из счета.
7. Скажите официанту: «Этот суп отвратителен. Унесите его и немедленно подайте нам что-нибудь более съедобное».
8. Спросите официанта: «Милейший, а что случилось с вашей электроплитой?»
9. Сделайте вид, что все в порядке и ешьте суп.
10. Скажите официанту: «Этот суп холодный. Пожалуйста, замените его»
11. Спросите у вашего клиента, не желает ли он пожаловаться.

12. Когда официант придет убирать тарелки, скажите: «Извините меня, но я боюсь, что мы не смогли закончить суп. На вкус он довольно неплох, но он был не очень теплым - совершенно холодным, я имею в виду!»

Участникам предлагается выбрать, какой стиль поведения соответствует данной ситуации и обосновать свое решение. Группа может задавать вопросы каждому участнику и обсуждать его выбор.

Упражнение «Заезженная пластинка»

Цель: научиться добиваться от окружающих выполнения наших справедливых требований без манипуляций.

Инструкция: Удовлетворение требований посредством настаивания на своем – называют техникой «заезженной пластинки». Наиболее известной моделью, на которой обучают данному навыку, служит эпизод, происшедший в супермаркете и получивший название «Я хочу свое мясо». Покупатель, которому из пяти кусков мяса завернули только четыре, хотя он заплатил за пять, возвращается в магазин и спокойно, с достоинством, без страха и агрессии то и дело повторяет: «Я хочу свое мясо» и добивается своего.

Правила:

- Следует точно представлять себе, чего вы хотите. В этом залог успеха.
- Свои требования формулируйте точно, ясно и коротко. Например, «Обменяйте, пожалуйста, эти ботинки, они треснули через 2 недели, как я стал их носить».
- Не забывать про этикет и быть вежливым.
- Что бы ни происходило, настаивайте на своем.

После того, как Вы изложили свое требование «Поменяйте мне эти ботинки», самолюбие противоположной стороны будет задето, и к этому вы должны быть готовы. Хочешь, не хочешь, но тем самым мы как бы даем понять продавцу, что он торгует некачественным товаром плюс финансовые потери. Итак, принимайте в расчет, что вам вернут брошенную перчатку. Например, скажут, что брак возник в процессе носки или из-за неправильного обращения. Вас это не должно вывести из равновесия, спокойно повторяйте: «Поменяйте, пожалуйста, ботинки».

- Не позволяйте эмоциям победить вас, не теряйте спокойствия и отнеситесь к этому просто как к выполнению упражнения, Развлекитесь.

Если после 5-10 повторов фразы ваши справедливые требования не будут удовлетворены, завершите свое выступление. Тогда переходим к конфронтационной ассертивности, а именно, сообщаем продавцу, какие дальнейшие шаги предпримем (например, обратимся в суд, общество по защите прав потребителя, напишем в газету и т.п.).

Комментарии: этой техникой очень хорошо владеют политики, если они не хотят отвечать на вопрос, они снова и снова повторяют то, что хотят донести до слуха публики, иногда изменяя построение фраз, но, по сути дела говорят одно и то же, пока интервьюер не теряет надежды добиться ответа и не переключится на другую тему.

Ситуация №1

- Вы просите мужа/ребенка вынести мусор.
- Вы настаиваете на том, чтобы работа была выполнена в срок.
- Вас не устраивает качество выполненной работы.(1 участник настаивает, чтобы работа была переделана, а другой хочет, чтобы вам заплатили деньги за работу, например, ремонт обуви).

Ситуация №2

Так же эта техника может использоваться для отказа в просьбе, т.к. отказ – зеркальное отражение умения настоять на своем.

- Начальник отправляет вас на конференцию в др. город, но у вас уже есть обязательства, не позволяющие вам уезжать.

Методика определения уровня развития самоуправления в подростковом коллективе.

Данная методика адаптирована к условиям использования среди обучающихся учреждений профессионального образования. В ее основе лежит методика М. И. Рожкова «Определение уровня самоуправления в коллективе» из методического пособия: Панченко Н. А. Педагогическая диагностика в работе классного руководителя /сост. Панченко Н. А. – Волгоград: Учитель, 2006. – 128 с.

Цель: определить уровень развития ученического самоуправления.

Ход опроса

Каждый подросток заполняет бланк со следующими цифровыми кодами и предложениями.

- 43210 1. Считаю для себя важным добиться, чтобы мой коллектив работал лучше.
- 43210 2. Вношу предложения по совершенствованию работы коллектива.
- 43210 3. Самостоятельно организую отдельные мероприятия в коллективе.
- 43210 4. Участвую в проведении итогов работы коллектива, в определении ближайших задач.
- 43210 5. Считаю, что коллектив способен к дружным самостоятельным действиям.
- 43210 6. У нас в коллективе все обязанности четко и равномерно распределяются между ребятами.
- 43210 7. Выбранный актив не пользуется авторитетом среди всех членов нашего коллектива.
- 43210 8. Считаю, что актив хорошо и самостоятельно справляется со своими обязанностями в нашем коллективе.
- 43210 9. Считаю, что ребята нашего коллектива добросовестно относятся к выполнению своих общественных обязанностей.
- 43210 10. Своевременно и точно выполняю решения, принятые собранием или активом коллектива.
- 43210 11. Стремлюсь приложить усилия, чтобы задачи, поставленные перед коллективом, были выполнены.
- 43210 12. Готов ответить за результаты своей работы и за результаты работы своих товарищей.
- 43210 13. Мы хорошо представляем себе задачи, которые стоят перед нашим коллективом.

- 43210 14. Обучающиеся моего коллектива часто участвуют в организации разнообразных мероприятий нашего образовательного учреждения.
- 43210 15. Мы стремимся помочь в решении задач, стоящих перед нашим коллективом.
- 43210 16. Мои товарищи регулярно участвуют в обсуждении проблем, стоящих перед нашим коллективом.
- 43210 17. Мы стремимся к тому, чтобы сотрудничать в решении задач, стоящих перед нашим коллективом, с другими обучающимися нашего образовательного учреждения.
- 43210 18. Удовлетворен отношением моих товарищей к другим обучающимся нашего образовательного учреждения не занимающихся волонтерской деятельностью.
- 43210 19. Мы стараемся помочь другим обучающимся нашего образовательного учреждения в разрешении трудностей, возникших перед ними.
- 43210 20. Считаю, что обучающиеся, избранные в органы самоуправления нашей организации волонтеров, пользуются заслуженным авторитетом.
- 43210 21. Считаю, обучающиеся моего коллектива добросовестно относятся к выполнению поручений органов самоуправления всего коллектива.
- 43210 22. Мы стремимся к тому, чтобы наш коллектив достиг более высоких результатов в профилактической работе среди подростков нашего образовательного учреждения.
- 43210 23. Готов отстаивать интересы всего коллектива в других коллективах нашего образовательного учреждения и общественных организациях.
- 43210 24. Осознаю свою ответственность за результаты профилактической работы всего нашего коллектива.

На доске дано смысловое значение цифровых кодов:

4 – «Да»;

3 – «Скорее да, чем нет»;

2 – «Трудно сказать»;

1 – «Скорее нет, чем да»;

0 – «Нет».

Обработка и интерпретация результатов

При обработке результатов 24 предложения разбиваются на 6 блоков. Данная систематизация обусловлена выявлением различных аспектов самоуправления:

1. включенность подростков в самоуправленческую деятельность (предложения 1-4);

2. организованность подросткового коллектива (5-8);
3. ответственность членов коллектива за его дела (9-12);
4. включенность волонтерского отряда в дела всего коллектива (13-16);
5. отношения коллектива волонтеров к другим общностям образовательного учреждения (17-20);
6. ответственность волонтеров за дела всего образовательного учреждения (21-24);

По каждому блоку подсчитывается сумма баллов, выставленных всеми участниками опроса. Затем она делится на число участников опроса и на 16 (16 – максимальное количество баллов, которое может указать опрашиваемый в каждом блоке). Уровень самоуправления коллектива определяется по результатам выведения коэффициентов первых трех блоков. Если хотя бы один их коэффициентов меньше 0,5, то уровень самоуправления низкий; если больше 0,5 и меньше 0,8 – средний, если 0,8 – высокий.

Методика Л. Г. Жедуновой «Психологическая атмосфера в коллективе»

Панченко Н. А. Педагогическая диагностика в работе классного руководителя /сост. Панченко Н. А. – Волгоград: Учитель, 2006. – 128 с.

Цель: изучить психологическую атмосферу в коллективе.

Ход опроса

Каждому педагогу, подростку предлагается оценить состояние психологической атмосферы в коллективе по девятибальной системе. Оцениваются полярные качества:

9 8 7 6 5 4 3 2 1

- | | |
|-----------------------|-------------------------------|
| 1. Дружелюбие | 1. Враждебность |
| 2. Согласие | 2. Несогласие |
| 3. Удовлетворенность | 3. Неудовлетворенность |
| 4. Увлеченность | 4. Равнодушие |
| 5. Результативность | 5. Нерезультативность |
| 6. Теплота отношений | 6. Холодность взаимоотношений |
| 7. Сотрудничество | 7. Отсутствие сотрудничества |
| 8. Взаимная поддержка | 8. Недоброжелательность |
| 9. Занимательность | 9. Скука |
| 10. Успешность | 10. Неуспешность |

Обработка и интерпретация результатов

Чем выше балл, тем выше оценка психологического климата, и наоборот. Анализ результатов предполагает субъективные оценки состояния психологического климата и их сравнение между собой. А также вычисление средней для коллектива оценки атмосферы.

Методика «Как я ощущаю себя и других»

Данная методика адаптирована к условиям использования среди обучающихся волонтеров учреждений профессионального образования. В ее основе лежит методика Л. М. Фридман «Наши отношения» из методического пособия: Панченко Н. А. Педагогическая диагностика в работе классного руководителя /сост. Панченко Н. А. – Волгоград: Учитель, 2006. – 128 с.

Цель: выявить степень удовлетворенности подростка различными сторонами жизни коллектива.

Ход опроса

Испытуемому предлагается ознакомиться с шестью утверждениями. Нужно записать номер того утверждения, которое больше всего совпадает с его мнением. Может быть выявлено несколько различных сфер взаимоотношений подростков в коллективе. Например, для изучения взаимоприемлемости друг друга (дружбы, сплоченности) или, наоборот, конфликтности может быть предложена серия утверждений:

1. Наш коллектив очень дружный и сплоченный.
2. Наш коллектив дружный.
3. В нашем коллективе нет ссор, но каждый существует сам по себе.
4. Наш коллектив недружный, часто возникают ссоры.
5. Наш коллектив очень недружный. Трудно в таком обучаться.

Другая серия утверждений позволяет выявить состояние взаимопомощи (или ее отсутствие):

1. В нашем коллективе принято помогать без напоминания.
2. В нашем коллективе помощь оказывается только своим друзьям.
3. В нашем коллективе помогают только тогда, когда об этом просит кто-то сам.
4. В нашем коллективе помощь оказывается только тогда, когда требует куратор.
5. В нашем коллективе не принято помогать друг другу.
6. В нашем коллективе отказываются помогать друг другу.

Обработка и интерпретация результатов

Те суждения, которые отмечены большинством обучающихся, свидетельствуют об определенных взаимоотношениях в коллективе. В то же время мнение конкретного подростка показывает, как ощущает он себя в системе этих отношений.

Индивидуальная карта динамики образовательных результатов и личностного развития обучающегося (в соответствующих степенях и баллах выраженности измеряемого критерия)

Фамилия, имя обучающегося _____

Возраст _____

Дата начала диагностики _____

Показатели (параметры отслеживания)	Сроки диагностики					
	Первый год обучения			Второй год обучения		
	Начало учебного года	Конец первого полугодия	Конец учебного года	Начало учебного года	Конец первого полугодия	Конец учебного года
I. Уровень освоения преподаваемого предмета:						
Теоретическая подготовка						
Практическая подготовка						
II. Уровень воспитательного воздействия:						
Сформированность коллектива единомышленников						
Удовлетворенность подростка различными сторонам жизни коллектива						
Ощущение психологической атмосферы в коллективе						
Умение проявлять лидерские способности.						
Организационно-волевые качества						
<i>терпение</i>						
<i>воля</i>						

<i>самоконтроль</i>						
<i>трудолюбие</i>						
<i>ответственность</i>						
<i>организованность</i>						
<i>инициативность</i>						
<i>активность</i>						
Ориентационные качества						
<i>самооценка</i>						
<i>интерес к занятиям</i>						
<i>стремление к успеху</i>						
Поведенческие навыки						
<i>конфликтность</i>						
<i>коллективизм</i>						
<i>чувство товарищества</i>						
<i>тип сотрудничества</i>						
<i>характер отношения к табакокурению, алкоголизму и наркомании.</i>						
<i>способность осознавать зависимость здоровья от собственного поведения и действий.</i>						

4.2.3. Карта творческих достижений обучающихся

№ п/п	Наименование мероприятия	Уровень проводимого мероприятия (городской, областной и т. д.)	Количество обучающихся творческого объединения.	Ф. И. обучаю- щихся	Год обучения	Результат

Индивидуальная карточка учета динамики образовательных результатов и личностного развития обучающихся как и карта творческих достижений обучающихся является формой фиксации полученных образовательных результатов педагогом. Они позволяют регулярно отслеживать реальную степень соответствия полученных результатов обучения и личностного развития подростка с ожидаемыми результатами в ходе реализации дополнительной образовательной программы.

Фотоматериал из жизни волонтерских отрядов учреждений НПО (СПО) Ярославской области

Волонтерский отряд ПУ № 16 г. Ростова



Ткаченко О.В. - Руководитель волонтерского отряда

Сентябрь 2007 – декабрь 2008 г.



1. Проведение волонтерами занятия «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья» для школьников в рамках Дня защиты детей.



2. Участие волонтеров в проведении зимнего Дня здоровья.



3. Проведение волонтерами спортивного праздника.



4. Проведение волонтерами конкурса творческих песен о здоровом образе жизни.



5. Проведение акции «В здоровом теле – здоровый дух».



6. Участие волонтеров в веселой эстафете.



7. Выезд волонтерского отряда на природу (поход выходного дня).



8. Выступление специалистов перед волонтерами (инспектора по делам несовершеннолетних и председателя Совета ветеранов города).



9. Занятие по тур.технике «Научился сам– научи других» (подготовка волонтеров к и проведению летних Дня здоровья).

Волонтерский отряд Даниловского политехнического техникума



Киселева А.В. - Руководитель волонтерского отряда

Сентябрь 2008 – январь 2009 года



1. Проведение тренингового занятия «Я и мои потребности».



2. Проведение волонтерами акции «Я за здоровый образ жизни, а ты?»



3. Участие волонтеров в проведении Дня здоровья.



4. Посадка деревьев на территории техникума



5. Участие волонтеров в спартакиаде.